



**PENGARUH *ALEXITHYMIA* TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL
PADA PESERTA DIDIK KELAS X IPA SMA NEGERI 3 BREBES
KABUPATEN BREBES TAHUN PELAJARAN 2020/2021**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat dalam Rangka Penyelesaian Studi Strata
Satu untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

Oleh :

**MUHAMMAD AJI ALI MABRURI
NPM 1116500035**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PANCASAKTI TEGAL
2020**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prosocial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021” telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Sidang Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pancasakti Tegal.

Tegal, 15 Oktober 2020

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Drs. Sukoco KW., M.Pd.
NIDN 0007015801

Sri Adhi N.S., S.Psi, S.Pd, MM
NIDN 0613027002

PENGESAHAN

Skripsi yang telah disidangkan berjudul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prosocial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021” telah dipertahankan di hadapan Sidang Dewan Penguji Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pancasakti Tegal.

Pada hari : Rabu

Tanggal : 23 Desember 2020

Ketua,


Dr. Sutji Muljani, M.Hum
NIDN : 0625077001

Sekretaris,


Drs. Sukoro KW., M.Pd
NIDN : 0007015801

Anggota Penguji,

Penguji I,


Dr. H. Maufur., M.Pd
NIDN. 0026025601

Penguji II / Pembimbing II,


Sri Adi Nurhayati., S.Psi, S.Pd, MM
NIDN. 0613027002

Penguji III / Pembimbing I,


Drs. Sukoro KW., M.Pd
NIDN. 0007015801


Dr. H. Suriswo, M.Pd
NIDN. 0616036701

PENGESAHAN

Skripsi yang telah disidangkan berjudul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prosocial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021” telah dipertahankan di hadapan Sidang Dewan Penguji Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pancasakti Tegal.

Pada hari : Rabu
Tanggal : 23 Desember 2020

Ketua,

Sekretaris,

Dr.Sutji Muljani, M.Hum
NIPY. 12951631967

Drs. Sukoco KW., M.Pd
NIPY. 19580107 198503 1 001

Anggota Penguji,
Penguji I,

Dr. H. Maufur., M.Pd
NIDN. 0026025601

Penguji II / Pembimbing II,

Penguji III / Pembimbing I,

Sri Adi Nurhayati., S.Psi, S.Pd, MM
NIDN. 0613027002

Drs. Sukoco KW., M.Pd
NIDN. 0007015801

Disahkan,
Dekan,

Dr. H. Suriswo, M.Pd
NIDN. 0616036701

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Pada Peserta Didik Kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021” ini beserta seluruh isinya benar-benar merupakan karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Tegal, 15 Oktober 2020

Yang membuat pernyataan,



MUHAMMAD AJI ALI MABRURI
NPM 1116500035

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Pada Peserta Didik Kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021” ini beserta seluruh isinya benar-benar merupakan karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Tegal, 15 Oktober 2020

Yang membuat pernyataan,

MUHAMMAD AJI ALI MABRURI
NPM 1116500035

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

- Dan tolong - menolong kamu dalam mengerjakan kebajikan dan takwa, dan jangan tolong – menolong dalam perbuatan dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya. (Q. S Al- Maidah: 2)

Persembahan

Penulis persembahkan karya ini untuk :

1. Bapak H. Tarnya dan Ibu Hj. Tanumrah tercinta yang selalu memberikan kasih sayang dan doanya dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
2. Kakak tercinta Indah Yuly, Dani Martha Wijaya, S.E, Novita Purnamasari, S.Farm dan Adik tercinta Panji Oktova Prasetyo dan Rizki Marvelansyah yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada saya.
3. Almamater Universitas Pancasakti Tegal.

PRAKATA

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMAN 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”.

Skripsi ini terselesaikan berkat bantuan dan dorongan dari banyak pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini ucapan terima kasih penulis sampaikan khususnya kepada:

1. Prof. Dr. Fakhruddin, M. Pd. selaku Rektor UPS Tegal yang telah menerima sebagai mahasiswa Universitas Pancasakti Tegal.
2. Dr. Suriswo, M.Pd., selaku Dekan FKIP UPS Tegal yang telah memintakan ijin dalam penelitian skripsi.
3. Drs. Sukoco K.W., M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal yang telah mengesahkan proposal penelitian.
4. Drs. Sukoco K.W., M.Pd., sebagai Pembimbing I yang telah bersedia memberikan pikiran, membimbing dan mengarahkan dalam penulisan skripsi.
5. Sri Adhi N.S., S.Psi, S.Pd M.M, sebagai Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi pengarahan dalam penyusunan skripsi.
6. Dosen dan Staf TU Progdi Bimbingan dan Konseling pada FKIP UPS Tegal yang telah memberikan ilmunya untuk masa depanku.
7. Drs. Budhi Hilali, M. M., Kepala SMA Negeri 3 Tegal Kota Tegal yang telah memberikan izin tempat untuk *try out*.
8. Drs. Eko Priyono, M.Pd., Kepala SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes yang telah memberikan izin tempat penelitian.
9. Bpk. M. Imam Wahyudin, S.Pd., dan jajaran guru BK SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes yang telah membantu proses penelitian
10. Semua pihak yang telah banyak membantu selesainya skripsi ini, yang tidak dapat penyusun sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pendidik, khususnya dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik.

Tegal, 15 Oktober 2020

Penulis

ABSTRAK

MUHAMMAD AJI ALI MABRURI. 2020. “*Pengaruh Alexithymia Terhadap Perilaku Prososial Pada Peserta Didik Kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021*”. Skripsi. Bimbingan dan Konseling. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pancasakti Tegal. Pembimbing I: Drs. Sukoco KW, M.Pd., Pembimbing II: Sri Adhi N. S., S. Psi, S. Pd, M.M

Kata Kunci: Pengaruh *Alexithymia*, Perilaku Prososial.

Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*. Hal tersebut menunjukkan adanya penurunan perilaku prososial pada individu dengan level *alexithymia* tinggi. Peserta didik yang mempunyai rendahnya empati dan tingginya perilaku antisosial yang menjadi isu saat ini dapat menjadi prediktor masalah rendahnya perilaku prososial individu. Empati merupakan inibitor kognitif yang mencegah individu berperilaku agresif kepada orang lain.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: 1). Pengaruh *alexithymia* terhadap peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, 2). Pengaruh perilaku prososial terhadap peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes dan 3). Pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, jenis penelitian. Populasi 181 dan sampel 45. Pengumpulan data dengan skala sikap, observasi, dan dokumentasi. Uji validitas digunakan rumus *korelasi product moment* dari Pearson dan Uji reliabilitas dengan rumus *Spearman Brown*. Analisis data menggunakan statistik deskriptif presentase dan analisis statistik korelasi paramatik.

Hasil penelitian menunjukkan: 1). Data deskriptif presentase *alexithymia* memiliki kriteria tinggi (13,33%), sedang (48,88%) dan rendah (37,77%) dan 2). Data deskriptif presentase perilaku prososial memiliki kriteria tinggi (31,11%), sedang (57,77%) dan rendah (11,11%).

Kemudian r_{tabel} untuk $N = 5$ dengan taraf signifikan 5% pada distribusi nilai dengan r_{tabel} adalah sebesar 0,361. Maka berdasarkan hasil perhitungan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} . r_{hitung} (0,000) < r_{tabel} (0,361) yaitu dengan nilai 0,000 < 0,361. Sehingga dapat disimpulkan hasilnya bahwa **ho diterima** dan **ha ditolak**, dengan kata lain “Tidak ada pengaruh antara *alexithymia* dengan perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”

ABSTRACT

MUHAMMAD AJI ALI MABRURI. 2020. *"The Effect of Alexithymia on Prosocial Behavior in Class X IPA Students of SMA Negeri 3 Brebes, Brebes Regency, Academic Year 2020/2021"*. Thesis. Guidance and counseling. Faculty of Teacher Training and Education, Pancasakti University of Tegal. Advisor I: Drs. Sukoco KW, M.Pd., Advisor II: Sri Adhi N. S., S. Psi, S. Pd, M.M

Keywords: *Alexithymia Influence, Prosocial Behavior.*

A personality construct that is closely related to a person's low empathy and prosocial behavior is alexithymia. This indicates a decrease in prosocial behavior in individuals with high levels of alexithymia. Students who have low empathy and high antisocial behavior which is an issue today can predict the problem of low individual prosocial behavior. Empathy is a cognitive inhibitor that prevents individuals from behaving aggressively towards others.

The purpose of this research is to find out: 1). The influence of alexithymia on class X IPA students at SMA Negeri 3 Brebes, 2). The influence of prosocial behavior on students of class X IPA at SMA Negeri 3 Brebes and 3). The influence of alexithymia on prosocial behavior in class X IPA students at SMA Negeri 3 Brebes.

This research uses a quantitative approach, this type of research. Population 181 and sample 45. Collecting data with a attitude scale, observation, and documentation. The validity test used the Pearson product moment correlation formula and the reliability test used the Spearman Brown formula. Data analysis used percentage descriptive statistics and paramatic correlation statistical analysis.

The results showed: 1). Descriptive data of the percentage of alexithymia have high (13.33%), medium (48.88%) and low (37.77%) criteria and 2). Descriptive data of the percentage of prosocial behavior have high (31.11%), medium (57.77%) and low (11.11%) criteria.

Then the r table for $N = 5$ with a significant level of 5% in the value distribution with r table is 0.361. So based on the results of the calculation of the data, it can be concluded that r_{count} is greater than r_{table} ($R_{\text{count}} (0.000) < r_{\text{table}} (0.361)$) with a value of $0.000 < 0.361$. So it can be concluded that the results are that h_0 is accepted and h_a is rejected, in other words "There is no influence between alexithymia and prosocial behavior in class X IPA students of SMAN 3 Brebes for the 2020/2021 academic year".

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
PRAKATA	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS	7

A. Tinjauan Teoritis	7
1. <i>Alexithymia</i>	7
a. Definisi <i>Alexithymia</i>	7
b. <i>Alexithymia</i> sebagai Trait Kepribadian	9
c. Karakter <i>Alexithymia</i>	11
d. Etiologi <i>Alexithymia</i>	13
e. Asosiasi <i>Alexithymia</i> dan Variabel Lain	17
2. Perilaku Prosocial	20
a. Definisi Perilaku Prosocial	20
b. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Prosocial	22
c. Jenis dan Tahapan dalam Perilaku Prosocial	26
d. Teori Perkembangan Perilaku Prosocial	28
B. Kerangka Berpikir	29
C. Hipotesis	31
 BAB III METODE PENELITIAN	 32
A. Pendekatan, Jenis dan Desain Penelitian	33
B. Variabel Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	36
D. Teknik Pengumpulan Data	38
E. Instrumen Penelitian	44
F. Teknik Analisis Data	47
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 49
A. Deskripsi Data	50
B. Analisis Data	69
C. Pembahasan Hasil Penelitian	76
 BAB V PENUTUP.....	 81
A. SIMPULAN	81
B. SARAN	82
 DAFTAR PUSTAKA	 83
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Populasi Penelitian	37
Tabel 3.3 Sampel Penelitian	38
Tabel 3.4 Kisi-kisi Skala Sikap <i>Alexithymia</i>	41
Tabel 3.5 Kisi-kisi Skala Sikap Perilaku Prosocial	42
Tabel 3.6 Skor Item	42
Tabel 4.1 Data Responden Uji Coba <i>Try Out</i>	53
Tabel 4.2 Contoh Perhitungan Validitas Instrumen	56
Tabel 4.3 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Instrumen	58
Tabel 4.4 Persiapan Perhitungan Reliabilitas Instrumen	61
Tabel 4.5 Data Responden Uji Instrumen Penelitian	67
Tabel 4.6 Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Pengaruh <i>Alexithymia</i> Berdasarkan Tabulasi Sampel Penelitian	70
Tabel 4.7 Kategori Penskoran Variabel <i>Alexithymia</i>	71
Tabel 4.8 Analisis Persentase <i>Alexithymia</i>	72
Tabel 4.9 Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Perilaku Prosocial Berdasarkan Tabulasi Sampel Penelitian	72
Tabel 5.0 Kategori Penskoran Perilaku Prosocial	74
Tabel 5.1 Analisis Persentase Perilaku Prosocial	74
Tabel 5.2 Analisis Statistik Korelasi (Formula Statistik Paramatik)	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	29
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	35
Gambar 4.7 Kategori Penskoran Variabel <i>Alexithymia</i>	71
Gambar 4.8 Analisis Persentase <i>Alexithymia</i>	72
Gambar 5.0 Kategori Penskoran Perilaku Prosocial	74
Gambar 5.1 Analisis Persentase Perilaku Prosocial	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Daftar Kode, Nama dan Skor Angket <i>Tryout</i>	86
Lampiran 2	Daftar Nama Peserta Didik Kelas X IPA SMAN 3 Tegal	87
Lampiran 3	Skala Sikap Tentang Pengaruh Alexithymia Terhadap Perilaku Prososial pada Peserta Didik Kelas X IPA	88
Lampiran 4	Data Hasil Try-Out Perhitungan Validitas Dan Reliabilitas Instrumen	89
Lampiran 5	Sampel Penelitian SMAN 3 Brebes	90
Lampiran 6	Daftar Nama Peserta Didik Kelas X IPA SMAN 3 Brebes	91
Lampiran 7	Data Hasil Perhitungan Penelitian Kelas X IPA SMAN 3 Brebes Kabupaten Brebes	92
Lampiran 9	Analisis Data	93
Lampiran 10	Surat observasi Awal	94
Lampiran 11	Surat Izin <i>Try Out</i>	95
Lampiran 12	Surat Izin Penelitian	96
Lampiran 13	Surat Keterangan Telah <i>Try Out</i>	97
Lampiran 14	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	98

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Filsuf dan ahli biologi *Herbert Spencer* (1820-1903) mengemukakan bahwa emosi adalah keadaan mental subyektif berupa rasa sakit atau kesenangan yang terkait dengan manifestasi tubuh (*Spencer*, 1855, hlm. 128). Tidak semua individu yang mengalami kesulitan membedakan, menghargai emosi orang lain cenderung bertindak kurang empatik dan tidak mampu memberikan respons emosional yang efektif dalam pergaulan sosial dan hubungan interpersonal yang sering disebut dengan *alexithymia*.

Sifneos dalam Taylor, Bagby & Parker (2014) mendeskripsikan *alexithymia* sebagai kesulitan dalam mengidentifikasi dan mengkomunikasikan perasaan, kesulitan dalam membedakan perasaan dan sensasi somatik dari dorongan emosi. Tiga karakteristik umum *alexithymia* yang dikembangkan antara lain disfungsi pada kesadaran emosi, kelekatan sosial dan hubungan interpersonal. Penelitian lain menunjukkan bahwa *alexithymia* memiliki kaitan dengan rendahnya kemampuan sosial-efektif. Individu dengan level *alexithymia* tinggi mengalami kesulitan membedakan dan menghargai emosi orang lain sehingga cenderung bertindak kurang empatik dan tidak mampu memberikan respons emosional yang efektif. Aspek-aspek yang dialami penderita *alexithymia* antara lain kesulitan mengidentifikasi perasaan (*difficulty identifying feeling*), kesulitan

mengenalinya (*difficulty defining feeling*) dan pola pikir eksternal (*externally oriented thinking*).

Peningkatan perilaku agresif menunjukkan rendahnya empati. Empati merupakan inhibitor kognitif yang mencegah individu berperilaku agresif kepada orang lain. Empati tidak hanya memegang peran penting dalam mencegah individu melakukan perilaku antisosial namun juga mendorong perilaku prososial individu. Empati mempengaruhi derajat perilaku menolong individu karena empati merupakan komponen emosional yang mendorong perilaku prososial. Empati, prososial dan agresivitas saling terkait satu dengan yang lain. Empati berkontribusi mendorong perilaku prososial dan mencegah perilaku agresif. Sedangkan perilaku prososial juga berperan dalam mencegah konflik dan mengurangi perilaku antisosial.

Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*. Penelitian lain menunjukkan bahwa *alexithymia* memiliki kaitan dengan rendahnya kemampuan sosial-afektif. Individu yang mengalami tingkat level *alexithymia* tinggi menunjukkan kesulitan dalam membedakan emosi dari sensasi tubuhnya, tidak mampu mewakili perasaan diri sendiri atau pribadi dan menyebabkan individu tidak dapat berempati cenderung menunjukkan perilaku agresif. Perilaku prososial yang ditunjukkan individu berkaitan secara negatif terhadap agresif. Sehingga, semakin tinggi perilaku prososial semakin rendah agresivitas. Rendahnya empati dan tingginya perilaku antisosial yang menjadi isu saat ini dapat menjadi prediktor masalah rendahnya perilaku prososial individu.

Pemahaman sosial antara lain pemahaman akan emosi orang lain atau disebut empati yang menjadi prediktor kemampuan individu menunjukkan perilaku prososial.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK yang dilakukan di SMA Negeri 3 Brebes dapat diketahui bahwa dari 181 peserta didik kelas X IPA terdapat beberapa peserta didik yang mempunyai rendahnya empati dan tingginya perilaku antisosial yang menjadi isu saat ini dapat menjadi prediktor masalah rendahnya perilaku prososial individu. Hal tersebut menunjukkan adanya rendahnya perilaku prososial pada individu dengan level *alexithymia* tinggi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. *Alexithymia* digambarkan dengan kurangnya kemampuan peserta didik untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan emosi dalam diri.
2. Individu yang mengalami tingkat level *alexithymia* tinggi menunjukkan kesulitan dalam membedakan emosi dari sensasi tubuhnya, tidak mampu mewakili perasaan diri sendiri atau pribadi dan menyebabkan individu tidak dapat berempati cenderung menunjukkan perilaku agresif.
3. Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*.

Hal tersebut menunjukkan adanya penurunan perilaku prososial pada individu dengan level *alexithymia* tinggi.

4. Rendahnya empati dan tingginya perilaku antisosial yang menjadi isu saat ini dapat menjadi prediktor masalah rendahnya perilaku prososial individu.

C. Batasan Masalah

Alexithymia sebagai suatu konstruk psikologi yang memiliki karakteristik kesulitan dalam mengidentifikasi dan mendeskripsikan perasaan, kesulitan dalam membedakan perasaan dan sensasi somatik dari dorongan emosi, merupakan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini.

Perilaku prososial adalah tindakan individu untuk menolong orang lain yang ditunjukkan secara sengaja dan sukarela bertujuan untuk menolong atau memberikan keuntungan orang lain baik terhadap individu dan untuk mendapatkan penerimaan dari orang lain atau karena empati dan peduli terhadap orang lain, merupakan definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini.

Batasan permasalahan hanya mengacu tentang pengaruhnya *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes sesuai dengan judul “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Peserta Didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”.

D. Rumusan Masalah

Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*.

Berdasarkan latar belakang, penelitian ini mempunyai rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pengaruh *alexithymia* terhadap peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021?
2. Bagaimana pengaruh perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021?
3. Bagaimana pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes.
2. Untuk mengetahui pengaruh perilaku prososial terhadap peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes.
3. Untuk mengetahui pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Teoritis

Penelitian ini memberikan konstruk bahwa *Alexithymia* merupakan suatu trait kepribadian yang berkaitan dengan defisit regulasi emosi dan kesadaran emosi. Individu dengan level *alexithymia* tinggi cenderung memiliki empati rendah serta perilaku agresif dan antisosial tinggi. Penelitian ini mengenai individu dengan *alexithymia* tinggi cenderung bertindak kurang empatik dan tidak mampu memberikan respons emosional yang efektif. Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*. Hal tersebut menunjukkan adanya penurunan perilaku prososial pada individu dengan level *alexithymia* tinggi.

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran kepada praktisi bimbingan konseling, guru BK dan peserta didik mengenai keterkaitan kemampuan mengidentifikasi dan mendeskripsikan emosi terhadap sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial peserta didik X IPA SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan refleksi bagi individu mengenai pentingnya pemahaman akan emosi dan kemampuan mengidentifikasi serta mendeskripsikan emosi terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

1. *Alexithymia*

Pada bagian ini akan dipaparkan mengenai :

a. Definisi *Alexithymia*

Alexithymia merupakan suatu konstruksi psikologi yang pertama kali dikemukakan oleh Peter Sifneos seorang psikiater dan profesor emeritus psikiatri di *Harvard Medical School*, pertama kali menggambarkan *alexithymia* pada awal 1970-an. Kata ini berasal dari bahasa Yunani: 'a' yang berarti kekurangan, 'lexis' yang berarti kata, dan 'thymos' yang berarti emosi - secara keseluruhan, itu berarti memiliki kekurangan kata untuk emosi (Goleman ; hlm. 51). *Alexithymia* berasal dari kata *a* yang berarti kekurangan, *lexis* yang berarti kata dan *thymos* yang berarti suasana hati atau emosi (Sifneos, Timoney & Holder 2013). *Alexithymia* didefinisikan sebagai suatu konstruk psikologi yang memiliki karakteristik kesulitan mengalami serta mendefinisikan emosi dan perasaan (Konrath, Novin & Li, 2012).

Sifneos mendeskripsikan *alexithymia* sebagai kesulitan dalam mengidentifikasi dan mengomunikasikan perasaan, kesulitan dalam membedakan perasaan dan sensasi somatik dari dorongan emosi, rendahnya fantasi dan imajinasi, serta berkaitan dengan *externally oriented cognitive style* (Hamidi, Reza, Farzad & Atefeh, 2010).

Alexithymia adalah individu yang tidak mampu menyadari perasaan yang dialami akan mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, sehingga cenderung menunjukkan perilaku agresif akibat rendahnya regulasi emosi diri (Velotti, Garofalo, Petrocchi, Cavallo, Faffaele & Dimaggio, 2016).

Alexithymia adalah suatu gejala emosional yang ditandai dengan ketidakmampuan penderitanya dalam mengenali, mengidentifikasi serta mengekspresikan perasaannya sendiri. Aspek-aspek penderita *alexithymia* ini adalah kesulitan mengidentifikasi perasaan (*difficulty identifying feelings*), kesulitan mengenali (*difficulty defining feeling*) dan pola pikir eksternal (*eksternally oriented thinking*). Individu yang memiliki skor tertinggi pada ukuran *alexithymia* menunjukkan kesulitan dalam membedakan emosi dari sensasi tubuhnya, tidak mampu mewakili perasaan diri sendiri atau pribadi (seperti dengan bahasa) yang dapat dipahami oleh diri sendiri atau orang lain. *Alexithymia* yang dianggap sebagai ciri kepribadian yang menempatkan individu berisiko seperti gangguan medis dan psikiatrik lainnya sambil mengurangi kemungkinan bahwa individu akan menanggapi pengobatan konvensional untuk kondisi lain.

Jadi, berdasarkan pengertian dari beberapa tokoh tersebut dapat disimpulkan bahwa *alexithymia* adalah kesulitan dalam mendeskripsikan dan mengidentifikasi perasaan serta emosi didalam dirinya yang merupakan

suatu konstruk psikologi yang memiliki karakteristik kesulitan dalam mengidentifikasi dan mendeskripsikan perasaan, kesulitan dalam membedakan perasaan dan sensasi somatik dari dorongan emosi. Kesimpulan di atas merupakan definisi operasional dari *alexithymia* dalam penelitian ini.

b. *Alexithymia* sebagai Trait Kepribadian

Alexithymia awalnya ditemukan berdasarkan observasi klinis pada pasien medis dan psikiatris, *alexithymia* tidak melulu dipandang sebagai suatu gangguan psikologis. Selama ini ada tiga pandangan mengenai *alexithymia*, yaitu *alexithymia* dianggap sebagai suatu kondisi, suatu trait kepribadian atau juga sebagai suatu gangguan psikologi. *Alexithymia* dikonsepskan sebagai gangguan atau psikopatologi yang diakibatkan berbagai faktor misalnya trauma atau juga sebagai akibat dari disfungsi otak bagian kanan (Taylor, Bagby & Parker dalam Lo, 2014).

Beberapa penelitian cenderung mendukung anggapan *alexithymia* sebagai trait kepribadian (Timones & Holder, 2013). Taylor, Bagby & Parker (2014) menjelaskan bahwa *alexithymia* tidak dikonsepskan sebagai fenomena kategorikal (*all-or-none*), melainkan sebagai suatu trait kepribadian yang terdistribusi normal di populasi umum. Hasil penelitian mendukung asumsi sifat dimensional dari konstruk ini. Review terhadap penelitian juga cenderung menunjukkan sifat stabil dari *alexithymia* (Kurukivi & Saarijarvi, 2014). Lo (2014) setuju dengan berbagai peneliti

yang mendefinisikan *alexithymia* sebagai variabel perbedaan individual yang berkaitan dengan kepercayaan akan nilai emosi dalam kehidupan sosial. Lo (2014) meneruskan bahwa kepercayaan akan nilai emosi dalam kehidupan sosial tersebut dibangun dalam konteks perkembangan.

Alexithymia merupakan suatu konstruk kepribadian yang menggambarkan kesulitan dalam regulasi afek dan dikenal sebagai satu dari faktor pemicu gangguan medis dan psikiatris. Individu yang mengalami *alexithymia* mampu menyadari ada respons emosi serta mampu berpikir, tetapi emosi dan pemikiran tersebut tidak terhubung (Taylor, Bagby & Parker, 1997; dalam Lo, 2014).

Seseorang yang memiliki level *alexithymia* tinggi disebut *alexithymia individuals*. Selama ini *alexithymia* dikenal sebagai komorbid gangguan psikologis (FeldmanHall, Dalgleish & Mobbs, 2015) dan *alexithymia* muncul pada berbagai gangguan psikologis. Prevalensi individu yang memiliki level *alexithymia* tinggi dalam populasi umum mencapai 9% - 17% pada laki-laki dan mencapai 5% - 10% pada perempuan. Sedangkan pada kelompok klinis dapat mencapai 70% (Bourke, Taylor, Parker & Bagby dalam Hammidi, Rostami, Farhoodi & Abdolmanafi, 2010).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan secara singkat menjelaskan bahwa *alexithymia* sebagai trait kepribadian tidak dikonsepsikan sebagai fenomena kategorikal (*all- or- none*), melainkan sebagai trait kepribadian yang terdistribusi normal dipopulasi umum yang merupakan suatu konstruk kepribadian yang menggambarkan kesulitan dalam regulasi afek dan dikenal sebagai satu dari faktor pemicu gangguan medis dan psikiatris.

c. Karakter *Alexithymia*

Nemiah, Freyberger & Sifneos (dalam Taylor & Bagby, 2014) menyebutkan 4 ciri atau karakteristik *alexithymia* sebagai berikut:

1. Kesulitan untuk mengidentifikasi perasaan dan membedakan antara perasaan dan sensasi tubuh dari emosi gairah.
2. Kesulitan menggambarkan perasaan orang lain.
3. Fantasies proses imaginal terbatas, sebagaimana dibuktikan oleh kelangkaan fantasi.
4. Sebuah, gaya stimulus-terkait kognitif berorientasi eksternal.

Individu dengan level *alexithymia* tinggi kesulitan mengidentifikasi keadaan emosi yang sedang mereka alami. Pengalaman emosi yang kuat mungkin mereka rasakan, akan tetapi mereka tidak mampu mengetahui alasan dibalik emosi tersebut (Thompson, 2015). Individu tersebut sulit membedakan perasaan dengan sensasi tubuh mereka mengalami dorongan emosional (Nemiah, Freyberger & Sifneos dalam Taylor & Bagby, 2014).

Individu dengan level *alexithymia* tinggi juga kesulitan dalam mengungkapkan perasaan kepada orang lain. Mereka tidak mampu menemukan kata yang tepat saat diminta menjelaskan mengenai perasaan atau emosi yang mereka alami (Nemiah, Freyberger & Sifneos dalam Taylor & Bagby, 2014).

Nemiah, Freyberger & Sifneos (dalam Taylor & Bagby, 2014) menyebutkan rendahnya kondisi mengenai perasaan dan dorongan merupakan bukti keterbatasan proses imajinasi yang dialami individu dengan level *alexithymia* tinggi. Proses imajinasi penting dalam pengaturan

emosi, pencarian solusi terhadap konflik yang dialami serta meningkatkan kemampuan dalam berinteraksi yang tercermin dalam kemampuan berempati. Imajinasi merupakan kemampuan individu untuk menciptakan suatu gambaran secara mental berdasarkan pengalaman konkret sensorik. Individu dengan level *alexithymia* tinggi memiliki keterbatasan dalam proses imajinasi, proses imajinasi penting sebagai kemampuan membayangkan emosi, harapan, kebutuhan dan bagaimana individu memenuhi hal tersebut, serta berperan dalam meregulasi intensitas dan ekspresi emosi. Peran penting imajinasi adalah kemampuan individu untuk berempati yaitu berkaitan dengan kemampuan menempatkan, membayangkan diri sebagai orang lain.

Marty dan de M'Uzan mencetuskan istilah “menemukan bahwa emosional sebagai prediktor signifikan terhadap motivasi belajar. Motivasi yang ada dalam diri merupakan suatu kemampuan untuk menimbulkan, mengarahkan dan mengorganisasikan tingkah laku” yang berarti pemikiran operasional (Taylor & Bagby, 2014).

Individu dengan level *alexithymia* tinggi menunjukkan kecenderungan berperilaku impulsif, postur tubuh kaku, ekspresi wajah yang tidak sesuai dengan konteks dan apa yang dikatakan, mudah menunjukkan kebosanan, serta menghindari kontak mata. *Alexithymia* tidak diklasifikasikan sebagai gangguan jiwa dalam DSM-IV. Ini adalah ciri kepribadian dimensi yang bervariasi dalam keparahan dari orang ke orang. Seseorang dengan kecenderungan *alexithymia* memiliki skor yang dapat diukur dengan kuesioner seperti *Toronto Alexithymia Scale (TAS-20)*, *Bermond-Vorst Alexithymia Kuesioner (BVAQ)*, *Online Alexithymia*

Kuesioner (QAQ-G2) atau Alexithymia Observer Skala (OAS) (Sifneos, 1987; Taylor, Parker & Bagby, 2017).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan, bahwa karakteristik yang dijadikan dasar oleh Taylor, Parker & Bagby untuk menciptakan Toronto *alexithymia* Scale – 20 pada tahun 1994. Dari beberapa skala dikembangkan untuk menilai *alexithymia*, yang dikembangkan oleh *Taylor et al* telah divalidasi dengan sangat baik. Tiga karakteristik umum *alexithymia* yang dikemukakan FeldmanHall, Dalglish & Mobbs antara lain disfungsi pada kesadaran emosi, kelekatan sosial dan hubungan interpersonal.

d. Etiologi Alexithymia

Alexithymia baik sebagai suatu gangguan psikologis maupun sebagai suatu konstruk kepribadian telah diteliti dengan berbagai sudut pandang teori yang berbeda. Penelitian-penelitian mencoba menjelaskan asal atau sebab *alexithymia*.

1) Sudut Pandang Psikoanalisa

Menurut aliran psikoanalisa, perkembangan *symptom alexithymia* disebabkan oleh pengalaman masa kecil, identifikasi superego, ketidaksadaran individu serta tahap psikoseksual (Timoney & Holder 2013). Krystal (dalam Taylor & Bagby, 2014) mengatakan bahwa faktor etiologi utama *alexithymia* adalah *psychic trauma* yang menyebabkan gangguan perkembangan afek pada masa kanak-kanak, atau regresi afek di masa remaja dan dewasa. Freyberger (dalam Timoney & Holder, 2013)

menjelaskan ada dua *alexithymia* yaitu *primary alexithymia* yang merupakan akibat dari *organic medical illness*. *Secondary Alexithymia* merupakan suatu bentuk mekanisme pertahanan. *Secondary Alexithymia* mungkin muncul akibat trauma emosi, misalnya pelecehan seksual atau juga akibat dari kekerasan saat masa kanak-kanak (Timoney & Holder, 2013).

2) Sudut Pandang Pendekatan Kognitif

Teori perkembangan kognitif muncul dari Lane dan Schwartz (dalam Timoney & Holder, 2013) defisit kognitif-afektif dalam individu yang mengalami *alexithymia* mungkin terjadi akibat terganggunya kesadaran emosi yang merupakan bagian dari perkembangan kognitif. Lane dan Schwartz (dalam Timoney & Holder, 2013) menjelaskan lima tahap perkembangan kesadaran emosi, individu dengan *alexithymia* mengalami gangguan dalam perkembangan kemampuan kognitif mereka sehingga tidak mampu membedakan kondisi-kondisi afektif. 5 Tahap perkembangan kognitif yang disebutkan Lane dan Schwartz (Taylor, Bagby & Parker 1997; dalam Timoney & Holder, 2013)) adalah sebagai berikut :

(1). *Sensorimotor reflexive* di mana individu menyadari dorongan emosi hanya berdasarkan sensasi tubuh, mereka akan cenderung menjelaskan sensasi tubuh saat diminta mengekspresikan perasaan,

(2). *Sensorimotor enactive* di mana individu tidak hanya menyadari sensasi tubuh, namun juga menunjukkan perilaku. Akan tetapi, mereka tidak mengetahui motif afektif yang mendasari perilaku mereka,

(3). *Preoperational level* merupakan tahap dimana seseorang mampu menggunakan kata yang tepat untuk perasaannya namun kemampuan mereka terbatas dibanding individu yang tidak mengalami *alexithymia* atau level *alexithymia* rendah. Selain itu pada tahap ini individu masih cenderung mengabaikan emosi dari orang lain dan menggunakan penilaian karakteristik eksternal yang sederhana,

(4). *concrete operational* di mana individu mulai menyadari beberapa emosi yang muncul dan campuran emosi yang dialami. Kesadaran individu masih cenderung berdasarkan atribusi eksternal dan perilaku nyata,

(5). Tahap terakhir disebut *formal operational*. Individu mulai menyadari berbagai campuran emosi yang dialami, mampu membedakan emosi yang mirip, serta mampu mendeskripsikan perasaan yang muncul. Individu juga mampu menyadari emosi yang dialami orang lain tanpa mengalami bias dengan emosi yang mereka rasakan.

Teori *multiple code* yang dipaparkan Bucci (Timoney & Holder, 2013; dalam Taylor & Bagby, 2014) juga dapat diaplikasikan untuk menjelaskan etiologi *alexithymia*. Ada 3 sistem yang merepresentasikan dan memproses informasi emosi yaitu

(1). *Nonverbal subsymbolic mode* antara lain pola sensoris, sensasi pada organ dalam (*visceral*) kinestis dan aktifitas motorik yang muncul saat ada dorongan emosi,

(2). *The nonverbal symbolic mode*.

(3). *Verbal symbolic mode*. Ketiganya saling berhubungan dalam suatu skema. *Affective State* yang dialami individu akan dirasakan *nonverbal subsymbolic system* dan *nonverbal sysmbolic system*. Kemudian, keduanya akan dihubungkan atau diterjemahkan ke dalam simbol verbal. *Alexithymia* terjadi ketika adanya disosiasi dalam skema tersebut, individu tidak mampu menyimbolkan emosi yang dialami.

3) Sudut Pandang Biologis dan Neurobiologis

Struktur neurologi juga dikaitkan dengan *alexithymia*. *Alexithymia* terjadi karena ada kesalahan koneksi antara *non-cortex* yang berkaitan dengan area berpikir otak dan sistem limbik yang merupakan area emosional dalam otak. Karukivi (2011) menjelaskan mengenai *Central Nerveous System* (CNS) yang berperan dalam regulasi emosi (*Frontal lobe* dan sistem limbik) berasosiasi dengan *alexithymia*. Kerusakan dalam area tersebut menyebabkan kesulitan dalam kontrol emosi (Karukivi, 2011). *Alexithymia* mungkin disebabkan adanya permasalahan dalam hubungan antar hemisfer otak (Taylor, Bagby & Parker, 2014).

Traumatic brain injury (TBI) menyebabkan perkembangan *alexithymia*. Abnormalitas otak tersebut dapat terjadi karena kecelakaan, kurangnya oksigen saat bayi lahir atau racun. Wood & William (dalam Timoney & Holder, 2013) menemukan ada 57,9% pasien yang mengalami TBI mengalami *alexithymia*. Selain itu, *alexithymia* juga dapat dalam penelitian terhadap 8785 pasang kembar, ditemukan bahwa genetik berkontribusi dalam perkembangan *facet* dari *alexithymia*.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan secara singkat menjelaskan *alexithymia* bahwa berdasarkan

a). Sudut pandang psikoanalisa perkembangan *symptom alexithymia* disebabkan oleh pengalaman masa kecil, identifikasi superego, ketidaksadaran individu serta tahap psikoseksual Freud,

b). Sudut pandang pendekatan kognitif bahwa dalam individu yang mengalami *alexithymia* mungkin terjadi akibat terganggunya kesadaran emosi yang merupakan bagian dari perkembangan kognitif. Lane dan Schwartz menjelaskan lima tahap perkembangan kesadaran emosi, individu dengan *alexithymia* mengalami gangguan dalam perkembangan kemampuan kognitif mereka sehingga tidak mampu membedakan kondisi-kondisi afektif.

c). Sudut pandang biologis dan neurobiologis bahwa struktur neurologi juga dikaitkan dengan *alexithymia*. *Alexithymia* terjadi karena ada kesalahan koneksi antara *non-cortex* yang berkaitan dengan area berpikir otak dan sistem limbik yang merupakan area emosional dalam otak.

e. Asosiasi *Alexithymia* dan Variabel Lain

Berikut merupakan review literatur mengenai *alexithymia* dan asosiasinya dengan berbagai variabel psikologis lain yang menyangkut masalah perilaku prososial. Defisit regulasi emosi pada individu yang memiliki level *alexithymia* tinggi menyebabkan perilaku maladaptif yang akan berdampak pada masalah komunikasi vabel interpersonal. *Alexithymia*

berasosiasi dengan lemahnya kemampuan sosio-afektif. Individu dengan level *alexithymia* tinggi cenderung menunjukkan sikap dingin, dan menarik diri serta mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain (Grynberg, Luminet, Corneille, Grezes & Berthoz, 2010).

Ketidakmampuan meregulasi dan memproses emosi atau afek memengaruhi pikiran serta perilaku individu (Taylor, Bagby & Parker, 2014). Rendahnya kesadaran emosi diri pada individu dengan *alexithymia* tinggi berkaitan dengan tingginya perilaku agresif dan perilaku impulsif (Umut, Can & Bozkurt, 2015). Individu yang tidak mampu menyadari perasaan yang dialami akan mengalami kesulitan dalam mengontrol dorongan emosi (Velotti, dkk., Faffaele & Dimaggio, 2016) sehingga cenderung menunjukkan perilaku agresif akibat rendahnya regulasi emosi diri.

Penelitian juga menunjukkan bahwa individu dengan level *alexithymia* tinggi memiliki empati yang rendah (Grynber, dkk., 2010; dalam Jonason & Krause 2014). Penelitian meneliti mengenai penurunan nilai empati pada individu dengan level *alexithymia* dan kaitannya terhadap rendahnya kesadaran emosi diri. Penelitian mendapati turunnya aktivitas *Medial Prefrontal Cortices (MPFC)* dan *Temporo Parietal Junction (TPJ)* pada individu dengan level *alexithymia* tinggi. MPFC dan TPJ bertanggung jawab dalam proses mentalisasi, berasosiasi dengan kemampuan mengetahui keadaan emosi diri dan orang lain. Kesadaran emosi diri dan emosi orang lain merupakan komponen fundamental dari empati. Selain itu,

penelitian FelmanHall. Dalgleish & Mobbs (2015) menunjukkan penurunan aktifitas *Anterior Insula (AI)* dan *Temporoparietal Junction (TPJ)* keduanya bagian otak berkaitan dengan respons empati.

Defisit empati yang dialami individu dengan *alexithymia* terjadi karena individu yang kesulitan dalam mengenali dan menyadari perasaan atau emosi diri juga mengalami kesulitan dalam menyadari dan mengenali perasaan yang dialami orang lain. *Shared-network Hypothesis Theory* menyatakan kesadaran yang memproses kondisi emosi diri dan orang lain berasosiasi satu sama lain (Aaron, Benson & Park, 2015).

Selain itu, rendahnya empati pada individu dengan level *alexithymia* tinggi berkaitan dengan adanya kognitif defisit pada komponen empati yaitu *perspective taking*. Individu dengan level *alexithymia* tinggi kurang mampu melihat dari sudut pandang orang lain karena rendahnya kemampuan mentalisasi (Moriguchi, et al., 2015).

Individu dengan level *alexithymia* tinggi juga menunjukkan rendahnya perilaku altruis. Penelitian FeldmanHall, Dalgleish & Mobbs (2015) terhadap aktivitas otak individu menunjukkan bahwa individu dengan *alexithymia* tinggi cenderung tidak merasa tertekan saat melihat orang lain kesakitan dan kurang menunjukkan sikap altruis dibanding individu dengan *alexithymia* lebih rendah.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa defisit regulasi emosi pada individu yang memiliki level *alexithymia* tinggi menyebabkan perilaku maladaptif yang akan berdampak pada masalah komunikasi vabel interpersonal. *Alexithymia* berasosiasi dengan lemahnya

kemampuan sosio-afektif. Individu dengan level *alexithymia* tinggi cenderung menunjukkan sikap dingin, dan menarik diri serta mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain.

2. Perilaku Prososial

a. Definisi Perilaku Prososial

Menurut Shadiqi (2018) perilaku prososial adalah tindakan individu untuk menolong orang lain yang seringkali memberi manfaat langsung pada si penolong (Baron dan Branscombe, 2012; dalam Shadiqi, 2018). Eisenberg dan Mussen (1997; dalam Shadiqi, 2018) menyatakan bahwa perilaku prososial merupakan perilaku yang ditunjukkan secara sengaja, bertujuan untuk menolong atau memberikan keuntungan orang lain baik terhadap individu maupun kelompok. Ada berbagai motif yang melatarbelakangi perilaku prososial misalnya untuk mendapatkan suatu *reward*, untuk mendapatkan penerimaan dari orang lain atau karena empati dan peduli terhadap orang lain. Perilaku ini memberi manfaat bagi orang lain, bertentangan dengan kepentingan egois seseorang dan berpotensi dapat memberikan hasil bagi orang lain (Kline, Bangkert, Levitan & Kraft, 2017; dalam Shadiqi, 2018). Eisenberg (dalam Carlo, 2010) mengemukakan bahwa remaja yang prososial akan mengutamakan norma dan aturan sosial sehingga cenderung menghindari perilaku-perilaku antisosial yang tidak sesuai dengan keyakinan, nilai dan ketertarikan mereka.

Para peneliti menggunakan istilah perilaku prososial untuk menjelaskan perilaku membantu, berbagi dan perilaku positif lainnya yang terlihat disengaja dan sukarela, serta dapat memiliki motif yang tidak ditentukan, tidak diketahui atau tidak altruistik (Einsenberg, 2012; dalam Shadiqi, 2018).

Sementara altruisme merupakan salah satu bentuk spesifik dari perilaku prososial (Einsenberg & Mussem, 1989; dalam Shadiqi, 2018), merupakan tindakan sukarela untuk memberi manfaat bagi orang lain, dimana altruisme lebih dimotivasi secara intrinsik (internal). Seperti perhatian dan simpati kepada orang lain, serta nilai dan penghargaan diri (Einsenberg & Mussen, 1989; dalam Shadiqi, 2018).

Staub (Einsenberg & Miller, 1984; dalam Shadiqi) menyatakan bahwa perilaku prososial mengacu pada segala perilaku yang menguntungkan orang lain, mungkin juga perilaku ini berupa kerja sama yang akan menguntungkan baik pelaku maupun orang yang menerima perlakuan.

Jadi, berdasarkan pengertian dari beberapa tokoh tersebut dapat disimpulkan bahwa prososial adalah perilaku positif dan disengaja yang ditunjukkan individu dengan tujuan menguntungkan orang lain tanpa memandang perbedaan motivasi yang mendorong pelaku merupakan tindakan individu untuk menolong orang lain yang ditunjukkan secara sengaja dan sukarela bertujuan untuk menolong atau memberikan keuntungan orang lain baik terhadap individu dan untuk mendapatkan penerimaan dari orang lain atau karena empati dan peduli terhadap orang lain.

b. Faktor Penyebab Perilaku Prososial Berdasarkan Level Unit Analisis

Struktur elemen perilaku prososial dapat dilihat berdasarkan domain hirarki pada tiga tingkat unit analisis, yakni level mikro (tingkat individu, internal), meso (antara dua individu atau *dyadic*), dan makro (kelompok). Pada level makro dijelaskan fungsi disposisional yang membuat individu cenderung melakukan perilaku prososial, serta adanya perbedaan individual yang dapat menjelaskan permulaan munculnya kecenderungan prososial pada manusia (Schroeder & Graziano, 2018; dalam Shadiqi, 2018).

1). Pendekatan Evaluasi dari Perilaku Prososial

➤ *Inclusive Fitness* dan *Kin Selection*

Schroeder dan Graziano (2018) menjelaskan konsep *inclusive fitness* lebih lanjut dibagi menjadi, yaitu: (1) menyelamatkan diri sendiri dan menjaga kelangsungan genetik ke generasi yang akan datang dengan melakukan kecocokan langsung (*direct fitness*) dan (2) menyelamatkan salah satu bagian keluarga dengan membuat individu “maju dan berkembang biak” sehingga membuat kemungkinan gen seseorang diturunkan ke generasi selanjutnya. Hal ini oleh Hamilton dinamakan sebagai kecocokan tidak langsung (*indirect fitness*).

Inclusive Fitness memunculkan proses *kin selection* (seleksi keluarga), yaitu proses selektif yang menguntungkan pihak-pihak yang memiliki satu materi genetik yang sama (Grusec dkk., 2012; Schroeder & Graziano, 2018). Melalui teori *kin selection* ini, prososial terjadi karena adanya tujuan untuk mempertahankan gen kita ke generasi selanjutnya (Baron & Branscombe, 2012). Ini membuat individu memiliki keinginan

lebih kuat untuk menolong orang lain yang memiliki ikatan dekat daripada yang tidak terhubung dengan individu itu sama sekali.

Berdasarkan perspektif evolusi ini, perilaku prososial dilakukan karena : (1) meningkatkan keberlangsungan individu agar usia lebih produktif, (2) meningkatkan kapasitas reproduksi dari individu dan (3) meningkatkan kecenderungan untuk melakukan satu atau dua hal sebelumnya.

➤ *Altruisme resiprokal* (timbal balik)

Recipcal altruisme theory, yakni adanya anggapan bahwa kita menolong seseorang karena nanti mereka juga akan menolong kita, sehingga juga akan mendapatkan keuntungan (Baron & Branscombe, 2012; dalam Shadiqi, 2018).

Berdasarkan penjelasan teori evolusi, bahwa perspektif evolusi pada altruisme resiprokal dapat dijelaskan dari penjelasan Trivers (1971) yang membedakan menjadi resiprokal langsung (*direct*) dan tidak langsung (*indirect*). Selama proses pertukaran barang atau jasa terjadi, individu akan menerima imbalan yang setara dengan apa yang mereka keluarkan, hubungan ini berlanjut menjadi timbal balik atau resiprokal langsung (*direct reciprocity*). Sementara itu, pada kondisi lain mungkin akan menerima imbalan secara tidak langsung dari orang yang dibantu, mungkin saja berasal dari orang lain. Ini yang memunculkan resiprokal tidak langsung (*indirect reciprocity*) dan jenis timbal balik ini berdampak pada peningkatan

khesivitas kelompok dan kepedulian pada orang lain (Schroeder & Graziano, 2018).

2). Faktor biologis : Struktur neurologis dan heriditas

➤ Struktur syaraf dan *Mirror System*

Pada fungsi sistem syaraf, Lieberman (dalam Schroeder & Graziano, 2018) menjelaskan dua sistem yang mendukung perilaku propososial (meskipun juga memiliki fungsi selain propososial), yakni *mirror system* dan *Thery of Mind* (ToM).

Fungsi sistem ini berkaitan dengan salah satu fungsi sistem syaraf diotak manusia seperti lobus frontal, sistem limbik dan amigdala. *Mirror system* aktif ketika manusia melakukan observasi terhadap orang lain yang terlihat pada beberapa aktivitas. Sementara itu ToM aktif ketika individu menentukan pemaknaan pada tindakan.

➤ Empati

Empati termasuk sebagai proses dilevel mikro, beberapa hal yang termasuk dalam penjelasan faktor empati adalah proses kognitif empati, *perspective-taking*, fantasi, proses afektif pada empati, distres personal, dan perhatian empati (*empathic concern*) (Schroeder & Graziano, 2018). Untuk diketahui, konsep empati berbeda dengan simpati, empati dijelaskan sebagai cara merespon orang lain dengan emosi yang sama. Sementara simpati adalah cara merespons orang lain dengan perasaan kesedihan atau kepedulian.

➤ Kepribadian

Aspek temperamen/kepribadian dan perbedaan individual pada perilaku dan nilai sosial cenderung konsisten berhubungan dengan perilaku prososial anak dan remaja dan respon lain terkait empati (Eisenberg dkk., 2015). Schroeder & Graziano (2018) diperoleh orientasi kepribadian prososial yang terdiri dari empati yang terorientasi pada orang lain atau *other-oriented empathy* (seperti tanggung jawab sosial, empati afektif dan empati kognitif) dan dimensi menolong atau *helpfulness*.

3). Faktor situasional

Faktor situasional dan sosial adalah satu penjelasan yang menentukan keinginan menolong melalui intervensi *bystander* (pengamat). Adanya kehadiran simbolik dari contoh model pertolongan dapat meningkatkan perilaku menolong (Baron & Branscombe, 2012).

4). Motivasi menolong: egoistik, kolektivisme dan prinsipisme

➤ Egoistik

Motivasi perilaku prososial ini berasal dari Schroeder (2018), yakni memberikan bantuan kepada orang lain tetapi penolong memiliki tujuan utama untuk mendapatkan keuntungan pribadi. Jika membantu seseorang dapat memberi konsekuensi positif dan akan mengurangi konsekuensi negatif, maka akan cenderung kembali membantu di waktu yang akan datang.

➤ Kolektivisme

Motivasi prososial kolektivisme adalah motivasi kedua yang dikemukakan oleh Batson, yang memiliki tujuan utama untuk meningkatkan kesejahteraan kelompok atau kolektif dengan tujuan untuk memaksimalkan keuntungan bersama bagi orang-orang yang terlibat (Schroeder & Graziano, 2018).

➤ Prinsipisme

Motivasi prososial terakhir adalah prinsipisme yang memberikan tujuan utama untuk menegakkan prinsip moral. Motif ini konsisten dengan standar moral yang berlaku luas, sehingga selain adanya motivasi yang memberi manfaat bagi orang lain dan mendukung prinsip moral kebajikan (Schroeder & Graziano, 2018).

c. Jenis dan Tahapan dalam Perilaku Prososial

Tindakan yang menampilkan perilaku prososial dapat berupa menolong, berbagi, menampilkan pertimbangan, memberi perhatian, melakukan pembelaan dan melakukan pemulihan setelah adanya penyimpangan (Grusec & Sherman, dalam Shadiqi, 2018).

Studi yang dilakukan McGuire (1994), berhasil mengidentifikasi 72 jenis perilaku menolong pada mahasiswa. Setelah dilakukan analisis faktor, McGuire mendapatkan bahwa perilaku menolong dapat dibedakan menjadi empat jenis: (1) *causal helping* adalah bantuan kecil pada pengenalan biasa, contohnya berbagi makanan ringan, memberi petunjuk arah lokasi pada

orang baru kenal dan lainnya; (2) *substantial personal helping* adalah bantuan dengan manfaat nyata yang diberikan oleh teman, memberi layanan personal dan memberi/meminjamkan barang berharga, seperti meminjamkan motor; (3) *emotional helping* adalah menawarkan bantuan/dukungan masalah personal, seperti memberikan dukungan moral saat teman kesusahan; dan (4) *emergency helping* adalah bantuan yang diberikan pada situasi bahaya atau situasi yang tidak terkontrol, seperti menolong korban kecelakaan.

Dijelaskan oleh Latane and Darley (Baron dan Branscombe, 2012 dalam Shadiqi, 2018) terdapat lima tahapan seseorang memutuskan untuk menolong atau tidak, keputusan yang tidak sederhana ini melewati tahapan berikut:

Tahap pertama: memperhatikan sesuatu atau peristiwa yang janggal atau tidak bisa terjadi. Terdapat beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi perhatian pada peristiwa janggal, seperti mengantuk, terlalu berpikir mendalam dan kurang konsentrasi.

Tahap kedua: menginterpretasikan peristiwa sebagai suatu kondisi darurat. Terdapat situasi yang mungkin memengaruhi proses dalam interpretasi peristiwa.

Tahap ketiga: memutuskan apakah kita mengambil tanggung jawab untuk menolong. Saat tidak ada kejelasan siapa yang memiliki tanggung jawab menolong, maka orang cenderung memilih seseorang yang memiliki peran sebagai pemimpin untuk mengambil tanggung jawab.

Tahap keempat: memutuskan apakah kita memiliki pengetahuan dan/atau kemampuan untuk menangani kondisi saat ini. Seperti saat ada orang yang tenggelam, maka orang yang bisa berenang yang akan menolong.

Tahap kelima: membuat keputusan akhir untuk memberikan pertolongan. Meskipun bystander telah melewati empat tahapan sebelumnya, belum tentu seseorang akan melakukan tindakan menolong. Keputusan untuk membantu orang lain bisa terlambat karena adanya rasa takut.

d. Teori Perkembangan Perilaku Prososial

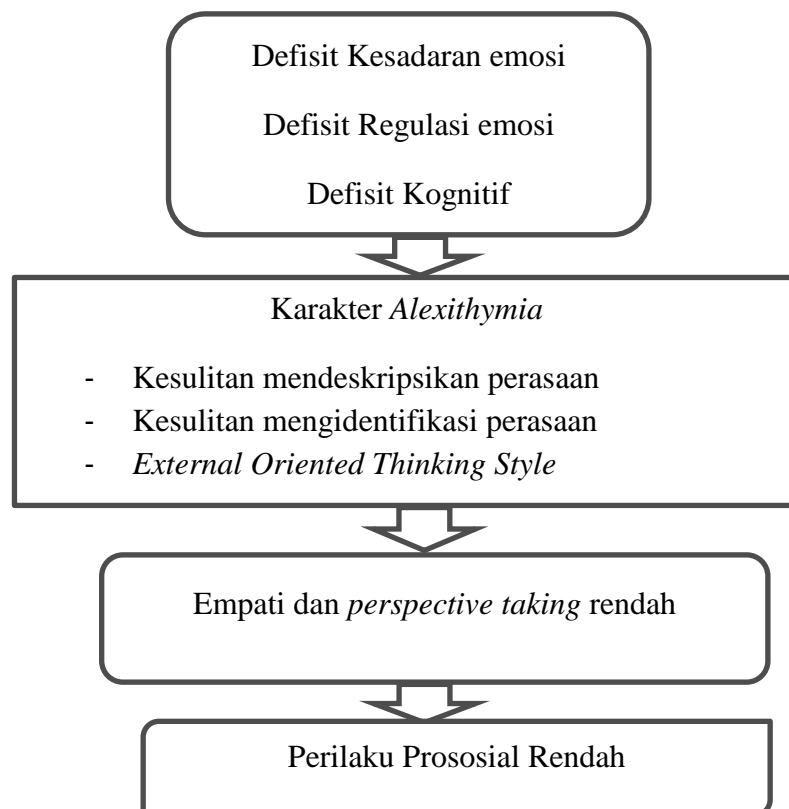
Perilaku prososial individu berkembang seiring perkembangan kognitif individu. Perkembangan kemampuan, ketrampilan serta kapasitas kognitif individu mempengaruhi bagaimana pandangan individu mengenai menolong dan juga mempengaruhi motivasi menolong (Dovidio, Piliavin, Schroeder & Penner, 2006). Perkembangan perilaku prososial telah terjadi pada masa anak-anak.

Eisenberg dkk. (2015) menggunakan teori perkembangan empati dari Hoffman (2006) untuk merumuskan lima model teoritik yang menggambarkan peran dari afeksi dan kognitif terhadap kesadaran diri dan diferensiasi diri untuk membentuk perilaku prososial, yakni : (1). *Global Empathy* artinya menampilkan respon empati yang merupakan manifestasi sebagai “empati global” karena bisa melakukan pembedaan antara distress (tekanan/kondisi tidak mengenankan) diri mereka dengan orang lain, (2). *Egocentric empathy distress* artinya berpikir untuk mencapai kenyamanan bagi mereka sendiri (egosentris atau berpusat pada diri sendiri) ketika dihadapkan dengan distress orang lain, (3). *Quasi-egocentric empathic distress* artinya mulai membantu korban yang mengalami distress lebih dari

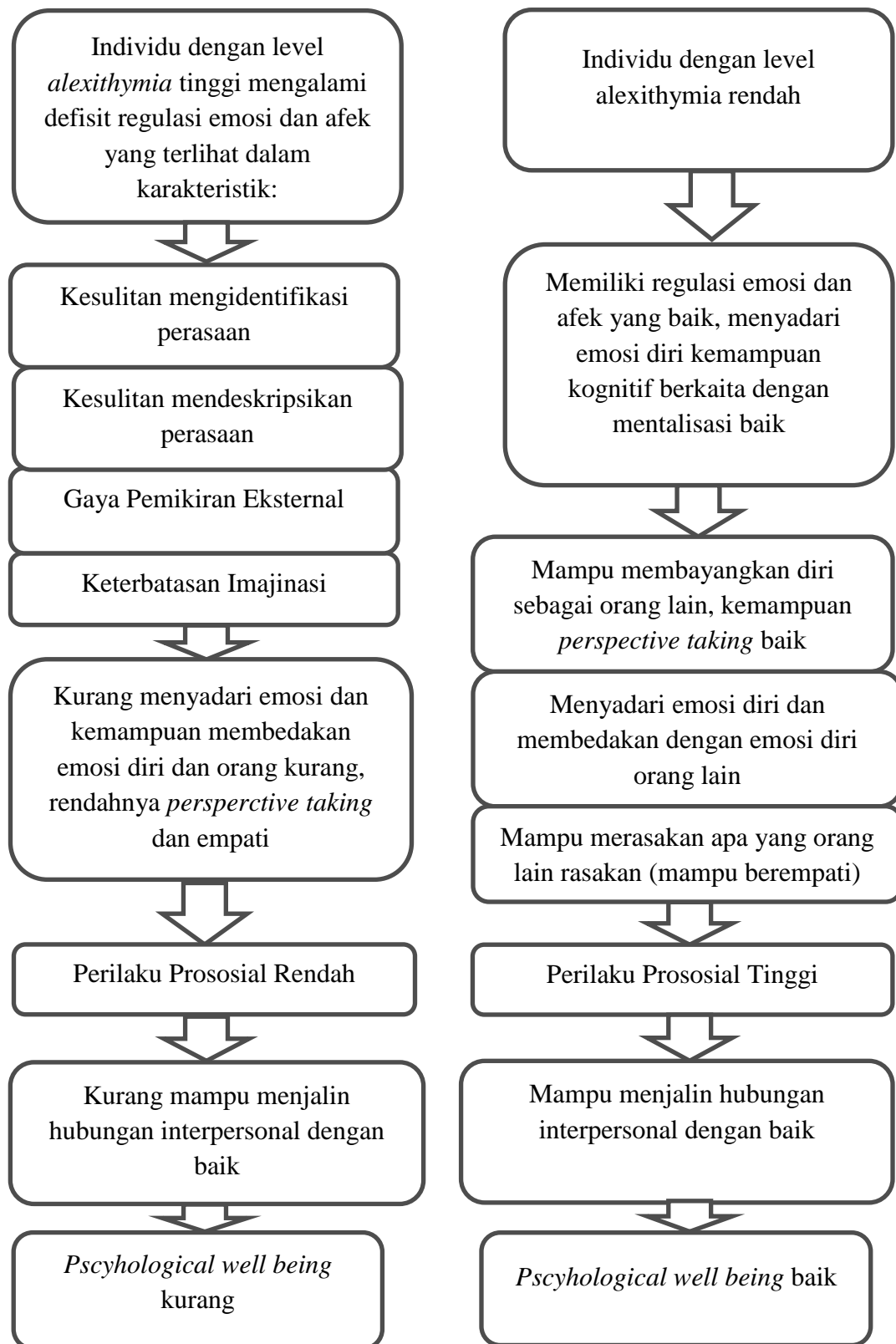
tahap kedua. Mereka dapat membedakan antara diri dan orang lain, meskipun mereka tetap belum bisa membedakan dengan baik antara kondisi internal mereka dengan orang lain, (4). *Veridical empathic distress* artinya kesadaran mereka terhadap perasaan orang lain mulai meningkat. Mereka mulai mampu memahami perspektif orang-orang dan perasaan yang mungkin berbeda dengan orang tersebut dan (5). Berempati untuk pengalaman orang lain melalui situasi yang dialami secara langsung (seperti empati terhadap orang dengan penyakit, kesulitan ekonomi dan kekurangan yang lain) (Hoffman, 2006; Eisenberg dkk., 2015; dalam Shadiqi, 2018).

B. Kerangka Berpikir

Berikut merupakan skema berpikir (gambar 2.1) dan skema penelitian (gambar 2.2) yang memperlihatkan asosiasi dengan perilaku prososial.



Gambar 2.1 Skema Berpikir



Gambar 2.2 Skema Penelitian

C. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan dan negatif antara level *alexithymia* terhadap perilaku prososial. Semakin tinggi level *alexithymia* maka semakin rendah tingkat perilaku prososial peserta didik dan begitu sebaliknya semakin rendah level *alexithymia* maka semakin tinggi tingkat perilaku prososial peserta didik. Karena, semakin tinggi level *alexithymia* maka individu kurang menyadari emosi dan kemampuan membedakan emosi diri serta rendahnya orang untuk berempati. Sebaliknya, semakin rendah level *alexithymia* maka individu mampu menyadari emosi diri dan membedakan emosi diri orang lain dan mampu merasakan apa yang orang lain rasakan (mampu berempati).

Ha :“Ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021”.

Ho :“Tidak ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021”.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan hal yang penting dalam suatu penelitian. Dalam metode penelitian ini dijelaskan mengenai urutan penelitian yang akan dilakukan. Dalam bab ini akan dijabarkan tentang pendekatan penelitian, sampel penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian dan teknik analisis data.

Menurut, Sugiyono (2016: 2) bahwa “metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”.

Menurut Azwar (2017: 23) metode penelitian adalah cara ilmiah untuk menemukan pemecahan permasalahan sekalipun hasil penelitian sebagai jawaban atau pemecahan langsung terhadap permasalahan yang diteliti namun memberikan fakta dan kesimpulan yang dapat dipergunakan untuk mendapatkan data. Data yang diperoleh merupakan data empiris atau teramati yang mempunyai kriteria tertentu yaitu valid.

Jadi dalam penelitian ini, metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data yang empiris atau teramati yang mempunyai kriteria tertentu yaitu valid.

A. Pendekatan, Jenis dan Desain Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan dan kebenaran. Didalam suatu pendekatan penelitian ada beberapa macam pendekatan penelitian seperti pendekatan kuantitatif, pendekatan kualitatif dan pendekatan tindakan kelas. Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, karena pada

penelitian ini memiliki populasi dan sampel tertentu untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Menurut Azwar (2017: 5) bahwa “penelitian yang memakai metode kuantitatif menekankan analisisnya pada data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah dengan metode analisis statistika”.

Menurut Margono (2014: 105) bahwa “penelitian kuantitatif adalah suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang kita ketahui”. Oleh karena itu penelitian kuantitatif lebih mengacu terhadap data yang berupa angka yang menggunakan statistik dalam proses pelaksanaannya.

Sedangkan, menurut Menurut Sugiyono (2015: 23) bahwa “data kuantitatif adalah data yang berbentuk angka, atau data kuantitatif yang diangkakan (scoring)”.

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, untuk mengetahui pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, maka pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Bahwa pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan didalam penelitian untuk menguji hipotesis dengan menggunakan uji data statistik yang akurat.

2. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah asosiatif, karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh ataupun hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2016:36). Penelitian ini mempunyai

tingkatan tertinggi dibandingkan dengan deskriptif dan komparatif karena dengan penelitian ini dapat dibangun suatu teori yang berfungsi untuk menjelaskan dan mengontrol suatu gejala.

Penelitian asosiatif pada penelitian ini untuk mengetahui “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Peserta Didik Kelas X IPA 1 di SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”.

3. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rencana dan struktur penyelidikan yang disusun sedemikian rupa sehingga memudahkan penelitian. Desain penelitian yang baik dapat menambah mutu hasil penelitian kuantitatif, dengan mutu yang meyakinkan, menjelaskan perihal hasil penelitian hanya bisa dikaitkan dengan yang ada didalam penelitian.

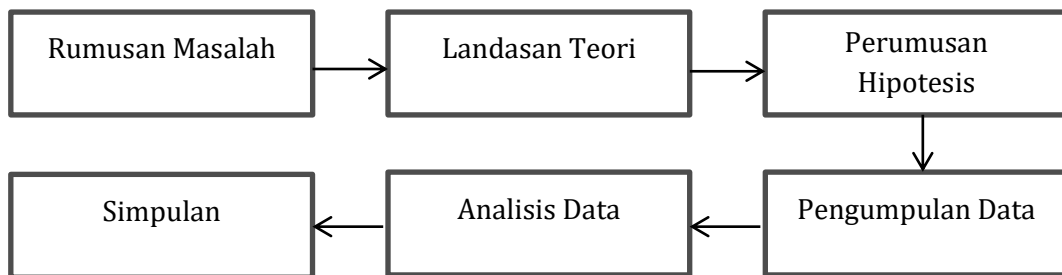
Menurut Umar (2015: 6) bahwa “suatu rencana mencakup hal-hal yang akan dilakukan priset, mulai dari membuat hipotesis dan implikasinya secara operasional sampai analisis akhir”.

Selain itu, menurut Suharsimi (2015: 116) bahwa “desain penelitian adalah suatu rencana kerja yang struktur dalam hal hubungan-hubungan antara variabel secara komprehensif sedemikian rupa agar hasil risetnya dapat memberikan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan riset”.

Sedangkan, menurut Burhan (2015: 53) menjelaskan bahwa “dalam penelitian diperlukan adanya desain penelitian sebagai suatu rancangan dari proses penelitian yang akan dilaksanakan”. Desain penelitian adalah rencana

atau rancangan yang dibuat oleh peneliti, sebagai ancar-ancar kegiatan yang akan dilaksanakan.

Desain penelitian kuantitatif sebagai berikut :



Gambar 3.1 Desain Penelitian

Pertama peneliti merumuskan masalah tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, kemudian mengemukakan landasan teori yang digunakan dan dihasilkan sebuah hipotesis. Untuk menguji hipotesis yang sudah dibuat peneliti maka selanjutnya melakukan pengumpulan data melalui kuisioner yang peneliti berikan kepada responden. Setelah data diperoleh kemudian peneliti melakukan analisis data apakah hipotesis diterima atau ditolak kemudian ditarik kesimpulannya.

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, yang kemudian ditarik kesimpulannya. Ada 6 macam variabel seperti diantaranya variabel independen, variabel dependen, variabel kendali, variabel moderator, kovariabel dan variabel pengantara (Azwar, 2017: 91-99).

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Independent Variable (X) variable yang mempengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain. *Independent Variable* dalam penelitian ini adalah pengaruh *alexithymia* (X).

2. Variable Terikat (*Dependent Variable*).

Dependent Variable (Y) adalah variable yang dipengaruhi oleh variabel lain. *Dependent Variable* dalam penelitian ini adalah perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes (Y)

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, nilai, sikap hidup dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Burhan, 2015: 101).

Selain itu, Ridwan (2016: 80) bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Sedangkan, Azwar (2017: 109) “populasi sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek tersebut harus memiliki beberapa ciri atau karakteristik bersama yang membedakannya dari kelompok subjek lainnya”.

Dari pendapat di atas maka dapat disimpulkan populasi adalah karakteristik dari objek atau subjek sekumpulan dalam suatu tempat yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan target penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes.

Tabel 3.2

Populasi Penelitian

NO	KELAS	JUMLAH
1	X IPA 1	36
2	X IPA 2	36
3	X IPA 3	36
4	X IPA4	36
5	X IPA5	37
JUMLAH TOTAL		181

(Data peserta didik kelas X IPA 1, 2, 3, 4 dan 5 di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021).

2. Sampel

Menurut Azwar (2017:112) “sampel adalah sebagian dari subjek populasi, dengan kata lain sampel adalah bagian dari populasi dan setiap dari bagian dari populasi merupakan sampel”.

Sedangkan menurut Margono (2014: 121) bahwa “sampel adalah bagian dari populasi, sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu”.

Selain menurut Burhan (2015: 103) mengemukakan “sampel yaitu sebagian atau wakil populasi yang diteliti”.

Dari pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang jumlahnya kurang atau setengah dari populasi dan menjadi subjek dalam penelitian dapat diambil sampel sebesar 25% dari jumlah masing-masing kelas X IPA 1= 36, X IPA 2= 36, X IPA 3= 36, X IPA 4= 36 dan X IPA 5= 37, sehingga didapat jumlah seluruh sampel dari seluruh kelas adalah 45 peserta didik yang dapat diambil secara proporsional random sampling atau sampel proporsi (imbangan) dengan pertimbangan bahwa variabel yang akan diteliti keadaanya relatif sama yaitu perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes. Setelah hasil sampel penelitian didapat cara pengambilan sampel setiap kelas akan dilakukan dengan cara diundi hingga dapat jumlah masing-masing sampel yang telah ditentukan.

Tabel 3.3

Sampel Penelitian

NO	KELAS	SAMPEL	JUMLAH
1	X IPA 1	$25\% \times 36$	9
2	X IPA 2	$25\% \times 36$	9
3	X IPA 3	$25\% \times 36$	9
4	X IPA4	$25\% \times 36$	9
5	X IPA5	$25\% \times 37$	9
JUMLAH TOTAL			45

(Data setelah diolah dari peserta didik kelas X IPA 1, 2, 3, 4 dan 5 di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021).

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan agar dapat mengukur nilai variabel yang akan diteliti, tujuannya itu sendiri yaitu untuk melakukan pengukuran dan menghasilkan data yang akurat.

Azwar (2017: 132) mendefinisikan bahwa “data diperoleh dengan dua cara yaitu data primer diperoleh dari interview, observasi maupun penggunaan instrumen pengukuran yang khusus dirancang sesuai dengan tujuannya. Sedangkan data sekunder diperoleh dari data dokumentasi dan arsip-arsip resmi”.

Selain itu, Sugiyono (2015: 224) bahwa “teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data”.

Mencermati definisi diatas, untuk dapat memperoleh hasil data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian, yang meliputi : observasi, skala sikap dan dokumentasi yang dalam hal ini dapat dijelaskan dari masing-masing teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang menjadi objek pengamatan.

Dalam hal ini Hakim (2012:68) berpendapat bahwa “Observasi merupakan suatu cara mengumpulkan data (keterangan dan informasi) tentang diri seseorang atau lingkungan individu yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan secara langsung maupun tidak langsung terhadap suatu objek dalam periode tertentu”.

Lain lagi dengan pendapat Burhan (2015:142) bahwa “observasi atau pengamatan adalah kegiatan keseharian manusia dengan menggunakan

pengamatannya melalui hasil kerja pancaindra lainnya seperti telinga, hidung, mulut, mata dan organ tubuh lainnya”.

Sedangkan, Widoyoko (2014: 46) bahwa “observasi merupakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis dan berunsur-unsur yang nampak dalam suatu gejala pada objek penelitian”.

Jadi dari pendapat diatas, dapat disimpulkan observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan disengaja yang dilakukan dengan cara pengamatan pada objek yang akan diteliti. Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah non partisipan yaitu penelitiannya mengamati pengaruh-pengaruh objek penelitian tanpa harus terlibat langsung dalam kegiatan yang dilakukan oleh objek penelitian. Dalam hal ini, peneliti menggunakan teknik observasi untuk mengamati pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik, berinteraksi dengan lingkungan sosialnya serta sikap peserta didik dan kondisi peserta didik dalam lingkungan sekolah.

2. Skala Sikap

Penggunaan instrument penelitian merupakan salah satu metode pengumpulan data, mengumpulkan data berarti mengamati variabel yang akan diteliti. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala sikap.

Menurut Margono (2010:176) “skala adalah seperangkat nilai angka yang ditetapkan kepada subjek, obyek atau tingkah laku dengan tujuan mengukur sifat”.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala sikap langsung dan tertutup, karena responden hanya memilih salah satu jawaban yang sudah tersedia, sesuai kondisi dan informasi tentang dirinya. Alasan peneliti menggunakan skala sikap, karena dapat digunakan untuk mengumpulkan data dari seluruh jumlah responden yang dijadikan sebagai sampel dan dapat dibuat sesuai standar sehingga responden dapat diberi pertanyaan atau pernyataan yang benar-benar sesuai dan sama. Untuk menghindari agar skala sikap ini tidak mengukur sesuatu yang tidak semestinya, maka skala sikap ini dikembangkan berdasarkan teori-teori yang sudah mapan dan selanjutnya dapat dijabarkan dalam kisi-kisi pengembangan instrumen penelitian, yaitu :

Tabel 3.4
Kisi-kisi Skala Sikap Pengaruh *Alexithymia* (X)

Dimensi	Definisi	Nomor Butir		Total
		Favourable	Unfavourable	
Difficulty	Kesulitan	1,3,6,7,9,13,14	-	7
Identifying	Mengidentifikasi			
Feelings	Perasaan			
(DIF)				
Difficulties	Kesulitan	2,11,12,1	4,7	5
Describing	mendeskripsikan			
Feelings	perasaan			
(DDF)				
Externally	Cara berpikir yang	8,15,16	5,10,18,19	8
Oriented	cenderung mengabaikan			
Thinking	pengalaman afektif,			
(EOT)	cenderung merespons			
	stimulus eksternal.			
Total item TAS-20				20

Tabel 3.5
Kisi-kisi Skala Sikap Perilaku Sosial Peserta Didik (Y)

Sub Skala	Nomor Butir		Total
	Favourable	Unfavourable	
Berbagi	16, 29, 33	3, 14, 18	6
Kerjasama	9, 25, 32, 34, 27	5, 12, 17, 20, 30, 39	11
Menolong	11, 21, 26, 31, 35, 37, 40	4, 10, 19, 38,	11
Kejujuran	8, 13, 36	2, 24	5
Berderma	1, 7, 22, 23	6, 15, 28	7
Total Skala Prosocial			40

Adapun sistem *scoring* dengan menggunakan *Skala Likert* yang sudah dimodifikasi nomor 3 (Tiga) dari pernyataan ragu-ragu/netral diubah menjadi kurang setuju. Hal ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial dan dilakukan terhadap masing-masing jawaban yang diberikan responden atas item yang diberikan untuk item positif dan negatif. Cara pengisian angket model skala likert adalah dengan peserta didik mencentang “√” pernyataan yang sesuai atau tidak sesuai pada lembar jawaban yang disediakan.

Tabel 3.6
Skor Item

No.	Pilihan Jawaban	Nilai Skor (+)	Nilai Skor (-)
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (TS)	1	4

3. Dokumentasi

Menurut Burhan (2015:153) menjelaskan bahwa “Dokumenter adalah salah satu metode pengumpulan data yang digunakan dalam metodologi penelitian sosial”.

Selain itu, pendapat lain Margono (2015:181) bahwa “teknik dokumentasi adalah digunakan untuk memperoleh data dengan cara mencatat dokumen-dokumen yang ada pada daerah penelitian, dengan mengadakan penelitian yang bersumber pada objek tersebut”.

Sedangkan menurut Burhan (2015: 329) bahwa “dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang mendukung penelitian”.

Berdasarkan definisi tersebut dapat peneliti pahami bahwa teknik dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan mencari dan mengumpulkan data terhadap bahan-bahan yang ada hubungannya dengan tujuan penelitian.

Tujuan penggunaan teknik dokumentasi untuk mencari data pendukung seperti biodata peserta didik, mengenai jumlah peserta didik, daftar nama peserta didik dan sebagai pelengkap untuk mengetahui informasi mengenai hal-hal yang akan menjadi penelitian pada peserta didik SMA Negeri 3 Brebes khususnya peserta didik kelas X IPA diuji kebenarannya.

E. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, kualitas instrumen berkenaan dengan validitas dan reliabilitas instrumen. Kualitas pengumpulan data berkenaan dengan ketetapan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data.

Menurut Burhan (2015:67) Bahwa pada dasarnya instrumen penelitian (kuantitatif) memiliki dua fungsi yaitu sebagai substitusi dan sebagai suplemen. Oleh karena itu, kehadiran instrumen penelitian dihadapan responden adalah betul-betul berperan sebagai pengganti (substitusi) dan bukan suplemen peneliti. Sebagai suplemen, instrumen penelitian hanyalah pelengkap dari sekian banyak alat-alat bantu penelitian yang diperlukan oleh peneliti.

Menurut Ridwan (2016: 24) instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya..

Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sikap yang berisikan tentang pertanyaan yang berkaitan dengan perilaku sosial peserta didik.

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Suharsimi, 2013:211).

Sedangkan menurut Burhan (2015: 70) “instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid, artinya alat ukur haruslah memiliki akurasi yang baik terutama apabila alat ukur tersebut digunakan sehingga validitas akan meningkatkan bobot kebenaran data yang diinginkan peneliti”.

Berdasarkan definisi di atas tersebut, bahwa validitas merupakan suatu alat ukur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.

Uji validitas digunakan untuk valid atau tidaknya suatu data yang diperoleh. Dalam pengujian validitas ini menggunakan *korelasi product moment* yang dikemukakan oleh Burhan (2015:70-71) sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

- r_{xy} =Koefisien Korelasi
- N =Jumlah subyek/responden/sampel
- X = Nilai Variabel
- Y =Nilai Variabel Y
- $\sum X$ = Jumlah skor masing-masing item (total)
- $\sum Y$ =Jumlah skor seluruh item (total)
- \sum =Kuadrat dijumlah skor tiap item]]
- \sum =Kuadrat dari skor total]]
- $\sum XY$ = Julah keseluruhan X dikalikan Y

Kriteria pengujian validitas dikonsultasikan dengan harga $r_{product\ moment}$ pada tabel, dengan α jika $r_{xy} > r_{tabel}$ maka item tersebut dikatakan valid.

- a. Dikatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 5%.
- b. Dikatakan tidak valid jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah indikasi yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau diandalkan.

Menurut Burhan (2015:69) “reliabilitas adalah suatu alat ukur yang dipakai haruslah memiliki sensitivitas (kepekaan) terhadap data yang dihadapi untuk mencapai tingkat kepekaan dan reliabilitas alat ukur yang dimaksud”. Suatu instrumen dikatakan reliabilitas apabila instrumen yang digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Setelah diketahui jumlah item yang valid, selanjutnya dilakukan uji reliabilitas instrumen. Uji reliabilitas digunakan untuk menguji ketepatan instrumen dalam penelitian. Uji reliabilitas ini menggunakan rumus *Spearman Brown* (Burhan, 2015:69) adalah sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{2x r_{\frac{1}{2} \frac{1}{2}}}{(1 + r_{\frac{1}{2} \frac{1}{2}})}$$

Keterangan:

- r_{11} = reliabilitas instrumen
 x = skor belahan awal (skor ganjil)
 y = skor belahan akhir (skor genap)
 $r_{\frac{1}{2} \frac{1}{2}}$ = r_{xy} adalah indeks korelasi antara dua belahan instrumen

Apabila hasil r_{11} dikonsultasikan dengan r_{tabel} dan hasilnya lebih besar ($r_{11} > r_{\text{tabel}}$) maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel, sebaliknya bila r_{11} dikonsultasikan dengan r_{tabel} dan hasilnya lebih kecil ($r_{11} < r_{\text{tabel}}$) maka dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut tidak reliabel.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data digunakan untuk memperoleh hasil penelitian yang lengkap dan benar, maka dari itu diperlukan metode analisis data yang valid untuk menguji hipotesis yang peneliti teliti yaitu “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prosocial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”

1. Analisis Deskriptif Persentase

Teknik analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian, terutama bila diinginkan menggambarkan atau melukiskan tentang masalah yang diteliti. Hal ini disebabkan data kurang mempunyai banyak arti apabila disajikan dalam bentuk yang masih mentah. Untuk mendeskripsikan hasil jawaban responden, maka digunakan teknik analisis deskriptif persentase dengan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2015:261) :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = besar prosentase

f = frekuensi yang muncul

n = jumlah peserta didik

2. Analisis Statistik Korelasi

Analisis statistik korelasi adalah teknik yang digunakan untuk mencari pengaruh antar dua variabel yang sering digunakan. Pada penelitian ini variabel yang digunakan pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik, dimana nantinya akan dicari ada atau tidaknya pengaruh antara *alexithymia* terhadap perilaku prososial baik kategori tinggi, sedang dan rendah. Korelasi yang digunakan adalah korelasi negatif. Jadi, semakin tinggi tingkat pengaruh *alexithymia* maka semakin rendah tingkat perilaku prososial pada peserta didik dan sebaliknya semakin rendah tingkat pengaruh *alexithymia* maka semakin tinggi tingkat perilaku prososial pada peserta didik. Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2015:275) :

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N(\sum X^2) - (\sum X)^2)(N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} =Koefisien

N =Jumlah subyek/responden/sampel

X = Nilai Variabel

Y =Nilai Variabel Y

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab IV ini akan diuraikan tentang hasil penelitian yang telah dilaksanakan disertai analisis data dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021.

Setelah penulis mendapatkan data dari hasil penelitian yang telah terkumpul secara lengkap, maka langkah selanjutnya yang dilakukan penulis yaitu menyusun laporan dengan menganalisis data untuk memastikan bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini bersifat empiris dan teruji keabsahannya. Analisis data yang dilakukan penulis berupa angka-angka deskriptif yang menjadi landasan untuk menafsirkan lebih lanjut mengenai penelitian yang penulis teliti.

Data tersebut akan penulis susun dalam sebuah laporan yang merupakan segala sesuatu yang dilakukan selama penelitian meliputi tahapan persiapan dan tahapan penelitian yang termasuk didalamnya terdapat pengujian validitas dan reliabilitas instrumen, pengumpulan data, penyajian data, pengolahan data dan pembahasan hasil penelitian yang dapat disajikan secara sistematis. Sehingga penelitian ini mempunyai bobot yang berarti apabila dalam penelitian ini penulis menyajikan data yang nyata sesuai dengan keadaan dilapangan. Dalam penyajian data tersebut terdapat langkah-langkah yang harus dilakukan penulis sehingga

analisis yang diberikan dapat secara akurat dan konkrit. Adapun beberapa langkah tahapan yang harus dilakukan penulis dalam penyusunan laporan ini adalah:

A. Deskripsi Data

Penelitian ini memerlukan obyek yang harus diteliti yaitu obyek yang berupa sasaran ilmiah dengan tujuan untuk mendapatkan data tertentu. Pada penelitian ini yang akan menjadi obyek penelitian adalah “Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial Pada Peserta Didik Kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”.

Data yang telah penulis kumpulkan dalam penelitian ini berupa data hasil skala sikap yang sebelumnya telah dilakukan uji coba terlebih dahulu sebelum dengan uji instrumen (*try out*) penelitian dan kegiatan tersebut terangkum dalam persiapan untuk melaksanakan penelitian. Tahap persiapan ini dilakukan penulis dengan melakukan pengujian analisis data, sebagai persyaratan dalam pengujian instrumen yang diberikan kepada responden. Adapun langkah tahapan yang dilakukan penulis dalam melaksanakan penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan Penelitian

Tahap persiapan dilakukan penulis sebelum melaksanakan penelitian agar pelaksanaan penelitian dapat dilakukan secara sistematis dan terstruktur.

Oleh karena itu, tahap persiapan ini perlu dilakukan penulis sebagai berikut :

- a. Mengajukan judul penelitian kepada Dosen Pembimbing dan Ka. Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal untuk mendapatkan persetujuan.

- b. Menentukan sekolah yang akan dijadikan sebagai observasi awal sekaligus untuk penelitian dan sekolah yang akan diuji coba instrumen penelitian (*try-out*).
- c. Melakukan observasi (pengamatan awal) terhadap kondisi sekolah dan hal yang berkaitan dengan judul skripsi penelitian.
- d. Menyusun proposal penelitian, yang kemudian disahkan oleh dosen pembimbing I dan pembimbing II serta Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling dan diseminarkan sebagai tanda telah disetujui dan layak untuk ditindak lanjuti dalam penyusunan skripsi.
- e. Membuat surat izin dengan nomor 013/K/A-2/FKIP-UPS/I/2020 pada tanggal 21 Januari 2020 tentang observasi awal.
- f. Membuat surat izin dengan nomor 007/A-2/FKIP-UPS/VIII/2020 pada tanggal 3 Agustus tentang pelaksanaan *try-out*.
- g. Membuat surat izin penelitian dengan nomor 032/K/A-2/FKIP/UPS/VII/2020 pada tanggal 6 Juli 2020.
- h. Mempersiapkan instrumen penelitian sebagai alat pengumpulan data, meliputi: membuat kisi-kisi, skala sikap, penyusunan item skala sikap dan menetapkan perhitungan skornya.
- i. Membuat jadwal *try-out* yang meliputi waktu pelaksanaan dan analisis *try-out* yaitu uji validitas dan realibilitas.
- j. Membuat jadwal penelitian meliputi: pelaksanaan, penelitian, pengumpulan data, analisis data yang berupa analisis deskriptif dan pembahasan hasil penelitian.

Setelah melakukan observasi awal dengan permasalahan yang akan diteliti, peneliti mengamati peserta didik yang mengalami berbagai kesulitan dalam menentukan atau merencanakan studi lanjutan. Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu menentukan rumusan masalah, hipotesis, penetapan variabel penelitian, desain penelitian dan penyusunan instrumen pengumpulan data yang keseluruhannya dituangkan dalam bentuk proposal. Selanjutnya penulis membuat jadwal penelitian, mempersiapkan pedoman wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling maupun peserta didik yang telah ditentukan. Pada pelaksanaan penelitian, kegiatan yang dilakukan yaitu dengan penyebaran instrumen, pengumpulan data, seleksi data, analisis data dan penyusunan laporan hasil penelitian.

2. Pelaksanaan Uji Coba Instrumen (*Try-Out*)

Pada tahap ini peneliti melakukan uji coba instrumen di SMA Negeri 3 Tegal dengan mengambill responden peserta didik kelas X IPA sebanyak 45 peserta didik dengan jumlah peserta didik laki-laki 15 dan jumlah peserta didik perempuan sebanyak 30. Uji coba instrumen ini dilaksanakan pada hari selasa tanggal 18 Agustus 2020. Sebelum instrumen penelitian digunakan sebagai alat pengumpulan data pada penelitian, maka instrumen perlu diuji cobakan. Berikut langkah-langkah yang dipersiapkan peneliti untuk pelaksanaan *try-out*, antara lain:

- a. Memberikan surat izin terlebih dahulu kepada pihak sekolah pada hari selasa, selanjutnya pihak sekolah mengizinkan dan menyerahkan

waktunya kepada guru Bimbingan dan Konseling untuk menentukan kapan waktu pelaksanaan uji coba instrumen.

- b. Memberikan arahan dan pemahaman kepada peserta didik tentang maksud dan tujuan dari uji coba instrumen tersebut. Menjelaskan cara pengisian skala sikap kepada peserta didik yang akan dijawab.
- c. Menganalisis data try-out yang telah dijawab oleh responden untuk mencari indeks uji validitas dan uji reliabilitas.
- d. Mendapat surat keterangan dari SMA Negeri 3 Tegal No. 420/029/2020 pada tanggal 7 September 2020 tentang pelaksanaan uji coba instrumen.

Adapun data responden yang menjadi subyek uji coba instrumen penelitian adalah:

Tabel 4.1

Data Responden Uji Coba *Try Out* Instrumen Penelitian

No	Kode Responden	Nama Inisial	Jenis Kelamin
1	R_01	V A	Perempuan
2	R_02	A R A	Perempuan
3	R_03	A K	Perempuan
4	R_04	B D	Perempuan
5	R_05	D A H	Laki-laki
6	R_06	Fajar B S	Laki-laki
7	R_07	M S A	Laki-laki
8	R_08	N A P	Perempuan
9	R_09	N R	Perempuan
10	R_10	A P	Perempuan
11	R_11	A P	Laki-laki
12	R_12	D T J	Perempuan

Lanjutan Tabel 4.1

13	R_13	E S B	Perempuan
14	R_14	M P	Perempuan
15	R_15	N C A	Laki-laki
16	R_16	P R A	Perempuan
17	R_17	S F	Laki-laki
18	R_18	S A N	Perempuan
19	R_19	A F A	Laki-laki
20	R_20	D F R	Perempuan
21	R_21	Fi E J	Laki-laki
22	R_22	M A A	Laki-laki
23	R_23	M A A	Laki-laki
24	R_24	M A B	Laki-laki
25	R_25	N M S	Perempuan
26	R_26	R A G	Laki-laki
27	R_27	W A S	Perempuan
28	R_28	A A	Perempuan
29	R_29	A F	Perempuan
30	R_30	D N S	Perempuan
31	R_31	E N P	Perempuan
32	R_32	Fi N I	Perempuan
33	R_33	H G M	Perempuan
34	R_34	J	Perempuan
35	R_35	M D T	Perempuan
36	R_36	R M D	Perempuan
37	R_37	C P	Laki-laki
38	R_38	L R A	Perempuan
39	R_39	M S M	Perempuan
40	R_40	N M	Perempuan
41	R_41	N M I	Perempuan
42	R_42	P P W	Laki-laki
43	R_43	R A	Perempuan
44	R_44	R A	Perempuan
45	R_45	S A M	Laki-laki

Sumber: Data Output SMA Negeri 3 Tegal Tahun Pelajaran 2020/2021

Dari 45 responden tersebut telah mengisi jawaban dari uji coba instrumen (*try-out*) kemudian dilakukan penskoran untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen penelitian. Data skor hasil uji coba *try-out* beserta perhitungan validitas dan reliabilitas dapat dilihat selengkapnya pada lampiran.

3. Uji Instrumen Penelitian.

Sebelum skala sikap digunakan untuk penelitian, perlu dicari validitas skala sikap tersebut, apakah layak diujikan atau tidak layak diujikan. Hasil jawaban instrumen yang telah diisi peserta didik kemudian dihimpun untuk keperluan uji validitas dan uji reliabilitas instrumen penelitian. Data skor hasil uji coba (*try-out*) instrumen beserta perhitungan uji validitas dan reliabilitas selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

a. Uji Validitas Instrumen

Dalam penelitian ini terdapat 60 item yang diuji validitasnya, pengujian validitas item menggunakan korelasi *Person product momen* dan dalam perhitungan penulis dibantu dengan menggunakan program Ms. Excel 2010, karena dalam program ini tersedia rumus-rumus statistika serta penerapannya. Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan penulis, maka bersama ini disajikan analisis hasil perhitungan validitas skala sikap nomor 1 sebagai berikut :

Tabel 4.2**Contoh Perhitungan Validitas Instrumen Item Nomor 1**

No	Kode Responden	X	Y	X ²	Y ²	XY
1	R-01	2	135	4	18225	270
2	R-02	3	137	9	18769	411
3	R-03	2	147	4	21609	294
4	R-04	3	154	9	23716	462
5	R-05	3	161	9	25921	483
6	R-06	3	137	9	18769	411
7	R-07	3	156	9	24336	468
8	R-08	2	136	4	18496	272
9	R-09	3	149	9	22201	447
10	R-10	4	126	16	15876	504
11	R-11	2	139	4	19321	278
12	R-12	2	147	4	21609	294
13	R-13	2	146	4	21316	292
14	R-14	3	137	9	18769	411
15	R-15	2	132	4	17424	264
16	R-16	3	145	9	21025	435
17	R-17	3	132	9	17424	396
18	R-18	2	143	4	20449	286
19	R-19	2	150	4	22500	300
20	R-20	2	142	4	20164	284
21	R-21	2	144	4	20736	288
22	R-22	4	124	16	15376	496
23	R-23	3	150	9	22500	450
24	R-24	3	123	9	15129	369
25	R-25	2	149	4	22201	298
26	R-26	3	150	9	22500	450
27	R-27	3	155	9	24025	465
28	R-28	2	127	4	16129	254
29	R-29	4	125	16	15625	500
30	R-30	4	141	16	19881	564
31	R-31	3	160	9	25600	480

Lanjutan Tabel 4.2

32	R-32	2	140	4	19600	280
33	R-33	4	139	16	19321	556
34	R-34	2	164	4	26896	328
35	R-35	2	153	4	23409	306
36	R-36	2	151	4	22801	302
37	R-37	2	165	4	27225	330
38	R-38	2	159	4	25281	318
39	R-39	2	157	4	24649	314
40	R-40	2	163	4	26569	326
41	R-41	2	172	4	29584	344
42	R-42	4	181	16	32761	724
43	R-43	2	142	4	20164	284
44	R-44	2	160	4	25600	320
45	R-45	4	88	16	7744	352
Jumlah		118	6533	334	959225	16960

Sumber : Hasil Olah Data Try Out Perhitungan Validitas dengan menggunakan Ms. *Excel* 2010

Dari hasil data tabel di atas, dapat diketahui hasil dari 60 item yang telah diuji cobakan, terdapat 40 item yang valid dan 20 item yang tidak valid (5, 8, 11, 12, 14, 22, 25, 27, 31, 33, 37, 40, 42, 45, 47, 49, 51, 52, 56, 60), dimana harga r_{xy} item tersebut, setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Berikut contoh perhitungan validitas skala sikap item nomor 1, dari hasil lampiran diketahui bahwa :

Dari data di atas diperoleh:

$$N = 45$$

$$\sum Y = 6533$$

$$\sum Y^2 = 959225$$

$$\sum X = 118$$

$$\sum X^2 = 334$$

$$\sum XY = 16960$$

Data tersebut kemudian dimasukkan dalam rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(N(\sum X^2) - (\sum X)^2)(N(\sum Y^2) - (\sum Y)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{45(16960) - (118)(6533)}{\sqrt{(45(334) - (118)^2)(45(959225) - (6533)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{783200 - 770894}{\sqrt{(15030 - 13924)(43165125 - 42680089)}}$$

$$r_{xy} = \frac{12306}{\sqrt{(1106)(485036)}} = \frac{12306}{\sqrt{536449816}} = \frac{12306}{25007,38}$$

$$r_{xy} = 0,492$$

Dari hasil perhitungan dinyatakan bahwa pada item nomor 1 menghasilkan nilai r_{hitung} sebesar 0,492 sedangkan r_{tabel} untuk $N = 45$ sebesar 0.361 dengan taraf signifikan 5%. Karena $r_{hitung} > r_{tabel}$ dari (0,492 > 0,361), maka dapat disimpulkan bahwa skala sikap nomor 1 valid.

Adapun hasil rekapitulasi perhitungan validitas skala sikap pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4.3
Rekapitulasi Hasil Uji Validitas Instrumen

No	Indek Validitas (r_{hitung})	r_{tabel} ($\alpha = 5\%$, $n = 45$)	Keterangan
1	0,492	0,361	Valid
2	0,439	0,361	Valid
3	0,397	0,361	Valid
4	0,420	0,361	Valid
5	0,308	0,361	Tidak Valid
6	0,542	0,361	Valid
7	0,514	0,361	Valid

Lanjutan Tabel 4.3

8	0,009	0,361	Tidak Valid
9	0,557	0,361	Valid
10	0,411	0,361	Valid
11	0,169	0,361	Tidak Valid
12	0,274	0,361	Tidak Valid
13	0,417	0,361	Valid
14	0,245	0,361	Tidak Valid
15	0,384	0,361	Valid
16	0,486	0,361	Valid
17	0,479	0,361	Valid
18	0,395	0,361	Valid
19	0,394	0,361	Valid
20	0,455	0,361	Valid
21	0,518	0,361	Valid
22	0,128	0,361	Tidak Valid
23	0,380	0,361	Valid
24	0,530	0,361	Valid
25	0,008	0,361	Tidak Valid
26	0,498	0,361	Valid
27	0,179	0,361	Tidak Valid
28	0,542	0,361	Valid
29	0,337	0,361	Valid
30	0,561	0,361	Valid
31	0,209	0,361	Tidak Valid
32	0,499	0,361	Valid
33	0,203	0,361	Tidak Valid
34	0,465	0,361	Valid
35	0,366	0,361	Valid
36	0,471	0,361	Valid
37	0,100	0,361	Tidak Valid
38	0,363	0,361	Valid
39	0,372	0,361	Valid
40	0,190	0,361	Tidak Valid
41	0,372	0,361	Valid
42	0,218	0,361	Tidak Valid

Lanjutan Tabel 4.3

43	0,364	0,361	Valid
44	0,406	0,361	Valid
45	0,318	0,361	Tidak Valid
46	0,460	0,361	Valid
47	0,190	0,361	Tidak Valid
48	0,365	0,361	Valid
49	0,124	0,361	Tidak Valid
50	0,458	0,361	Valid
51	0,253	0,361	Tidak Valid
52	0,246	0,361	Tidak Valid
53	0,444	0,361	Valid
54	0,432	0,361	Valid
55	0,378	0,361	Valid
56	0,338	0,361	Tidak Valid
57	0,378	0,361	Valid
58	0,432	0,361	Valid
59	0,402	0,361	Valid
60	0,075	0,361	Tidak Valid

Sumber: Hasil data *output* perhitungan validitas menggunakan Ms. *Excel* 2010

Dari hasil perhitungan tersebut diperoleh r_{hitung} tiap butir pernyataan yang kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan $N = 45$ pada taraf signifikan 5% diperoleh $r_{tabel} = (0,361)$. Setelah dikonsultasikan dengan r_{tabel} dapat diketahui seluruh item dari nomor 1 sampai 60 dalam pernyataan pengaruh *alexithymia* yang dinyatakan valid apabila diperoleh hasil perhitungan $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sedangkan item dinyatakan tidak valid apabila didapatkan hasil perhitungan $r_{hitung} < r_{tabel}$.

Dari keseluruhan item berjumlah 60 item yang telah melalui proses perhitungan validitas instrumen yakni diperoleh 40 item yang dinyatakan

valid karena memiliki tingkat kevalidan logis artinya ke 40 item tersebut dapat digunakan penulis sebagai alat pengumpulan data pada responden dalam penelitian yang dilakukan penulis pada kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021.

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Dalam penelitian penggunaan instrumen harus benar-benar baik. Instrumen yang baik adalah instrumen yang selain memiliki kriteria validitas juga harus memiliki kriteria reliabilitas. Reliabilitas suatu instrumen dapat dilihat dari hasil data yang dihasilkan suatu instrumen tersebut dapat dipercaya atau belum, instrumen yang handal akan menghasilkan data yang dapat dipercaya sesuai dengan keadaan sebenarnya. Untuk mengukur dan memperoleh reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dengan rumus *sperman-brown* dengan teknik belah dua ganjil genap. Berikut perhitungan reliabilitas angket pengaruh *alexithymia* :

Tabel 4.4

Persiapan Perhitungan Reliabilitas Instrumen

No	Resp.	Skor	Ganjil (X)	Genap (Y)	X ²	Y ²	XY
1	R-01	135	59	76	3481	5776	4484
2	R-02	137	67	70	4489	4900	4690
3	R-03	147	71	76	5041	5776	5396
4	R-04	154	71	83	5041	6889	5893
5	R-05	161	78	83	6084	6889	6474
6	R-06	137	65	72	4225	5184	4680
7	R-07	156	69	87	4761	7569	6003

Lanjutan Tabel 4.4

8	R-08	136	63	73	3969	5329	4599
9	R-09	149	70	79	4900	6241	5530
10	R-10	126	55	71	3025	5041	3905
11	R-11	139	70	69	4900	4761	4830
12	R-12	147	69	78	4761	6084	5382
13	R-13	146	72	74	5184	5476	5328
14	R-14	137	66	71	4356	5041	4686
15	R-15	132	60	72	3600	5184	4320
16	R-16	145	67	78	4489	6084	5226
17	R-17	132	58	74	3364	5476	4292
18	R-18	143	67	76	4489	5776	5092
19	R-19	150	74	76	5476	5776	5624
20	R-20	142	68	74	4624	5476	5032
21	R-21	144	68	76	4624	5776	5168
22	R-22	124	56	68	3136	4624	3808
23	R-23	150	72	78	5184	6084	5616
24	R-24	123	57	66	3249	4356	3762
25	R-25	149	69	80	4761	6400	5520
26	R-26	150	68	82	4624	6724	5576
27	R-27	155	68	87	4624	7569	5916
28	R-28	127	65	62	4225	3844	4030
29	R-29	125	61	64	3721	4096	3904
30	R-30	141	71	70	5041	4900	4970
31	R-31	160	72	88	5184	7744	6336
32	R-32	140	59	81	3481	6561	4779
33	R-33	139	69	70	4761	4900	4830
34	R-34	164	77	87	5929	7569	6699
35	R-35	153	72	81	5184	6561	5832
36	R-36	151	71	80	5041	6400	5680
37	R-37	165	74	91	5476	8281	6734
38	R-38	159	81	78	6561	6084	6318
39	R-39	157	77	80	5929	6400	6160
40	R-40	163	78	85	6084	7225	6630
41	R-41	172	84	88	7056	7744	7392

Lanjutan Tabel 4.4

42	R-42	181	92	89	8464	7921	8188
43	R-43	142	68	74	4624	5476	5032
44	R-44	160	68	92	4624	8464	6256
45	R-45	88	45	43	2025	1849	1935
Σ		6533	3081	3452	213871	268280	238537

Hasil *Output* perhitungan uji reliabilitas menggunakan *MS. Excel 2010*.

Setelah diketahui hasil rekapitulasi data diatas, perhitungan reliabilitas dapat digunakan rumus korelasi *Product Moment* dan rumus *Sperman Brown* dengan memasukkan hasil nilai data di atas. Berikut cara perhitungan reliabilitas instrumen menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dan rumus *Sperman Brown*.

Dari data di atas diperoleh data sebagai berikut :

$$\begin{aligned}\Sigma X &= 3081 & \Sigma Y^2 &= 268280 \\ \Sigma Y &= 3452 & \Sigma XY &= 238537 \\ \Sigma X^2 &= 213871 & N &= 45\end{aligned}$$

Selanjutnya untuk mencari $r^{1/2/2}$ menggunakan rumus *r Product Moment* dengan memasukkan data tersebut di atas ke dalam rumus di bawah ini :

$$r_{xy} = \frac{N \Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{N \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\} \{N \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Setelah hasil dari $r^{1/2/2}$, maka langkah selanjutnya yaitu mencari reliabilitas dengan rumus *Sperman Brown* /r1.1 dengan memasukkan hasil $r^{1/2/2}$, yang telah diperoleh sebelumnya adalah sebagai berikut :

$$\begin{aligned}
r_{1/2/2} &= \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}} \\
r_{1/2/2} &= \frac{45(238537) - (3081)(3452)}{\sqrt{(45 \times 213871 - (3081)^2)(45 \times 268280 - (3452)^2)}} \\
r_{1/2/2} &= \frac{10734165 - 10635612}{\sqrt{(9624195 - 9492561)(12072600 - 11916304)}} \\
r_{1/2/2} &= \frac{98553}{\sqrt{(131634)(156296)}} = \frac{98553}{\sqrt{205738677}} = \frac{98553}{1434359} \\
r_{1/2/2} &= 0,687 \\
r_{1.1} &= \frac{2 \times r_{1/2/2}}{1 + r_{1/2/2}} = \frac{2 \times 0,687}{1 + 0,687} = \frac{1,37}{1,68} = 0,815
\end{aligned}$$

Dari perhitungan di atas dapat diperoleh hasil nilai $r_{1.1}$ atau r_{hitung} sebesar 0,815 dengan r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan $N = 45$ diperoleh hasil 0,361 maka berdasarkan hasil perhitungan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} r_{hitung} (0,815) > r_{tabel} (0,361) yaitu dengan nilai 0,815. > 0,361, sehingga dapat disimpulkan bahwa skala sikap tersebut dinyatakan reliabel. Dengan demikian berdasarkan hasil *try out* skala sikap tentang pengaruh *alexityhmia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik diperoleh 40 item valid dan 20 item yang tidak valid. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas maka item instrumen penelitian yang berjumlah 60 item diperoleh 40 item yang memenuhi kriteria valid dan reliabilitas sedangkan 20 item lainnya dinyatakan gugur dan tidak digunakan sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

4. Pelaksanaan Penelitian

Penulis melakukan penelitian dengan menggunakan desain penelitian asosiatif, dengan tujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah pengaruh yang ada diantaranya variabel-variabel yang berkaitan dengan variabel satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien asosiatif. Kegiatan yang dilakukan penulis yang diberikan kepada subyek yaitu menyebarkan skala sikap kepada subyek untuk mengetahui pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik. Setelah itu skala sikap yang telah diisi oleh subyek diolah oleh penulis sehingga terdapat sampel.

Desain dalam penelitian ini yaitu asosiatif, peneliti merumuskan masalah tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, kemudian mengemukakan landasan teori yang digunakan dan dihasilkan sebuah hipotesis. Untuk menguji hipotesis yang sudah dibuat peneliti maka selanjutnya melakukan pengumpulan data melalui kuisioner yang peneliti berikan kepada responden. Setelah data diperoleh kemudian peneliti melakukan analisis data apakah hipotesis diterima atau ditolak kemudian ditarik kesimpulannya. Secara rinci langkah-langkah yang akan penulis tempuh dalam pelaksanaan sebagai berikut :

- a. Melakukan konsultasi dan koordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 3 Brebes guna menentukan waktu penelitian pada tanggal 1 Juni 2020.

- b. Mempersiapkan skala sikap yang telah memenuhi kriteria uji validitas dan uji reliabilitas serta menggandakan angket tersebut sebanyak yang akan dibutuhkan sesuai dengan subyek penelitian.
- c. Memberikan arahan dan pemahaman kepada peserta didik tentang maksud dan tujuan penelitian tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes.
- d. Penyebaran skala sikap tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes untuk mengetahui adanya pengaruh dari kedua variabel.
- e. Pengumpulan data penelitian berupa skor instrumen analisis korelasi product moment pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes.
- f. Melakukan analisis data, pembahasan hasil analisis data dan memberikan simpulan berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh.
- g. Mendapatkan surat keterangan dari SMA Negeri 3 Brebes bernomor 420/885/2020 pada tanggal 6 Agustus 2020.

Berdasarkan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian, peneliti merumuskan masalah tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, kemudian mengemukakan landasan teori yang digunakan dan dihasilkan sebuah hipotesis. Untuk menguji hipotesis yang sudah dibuat peneliti maka

selanjutnya melakukan pengumpulan data melalui kuisioner yang peneliti berikan kepada responden. Setelah data diperoleh kemudian peneliti melakukan analisis data apakah hipotesis diterima atau ditolak kemudian ditarik kesimpulannya.

Daftar nama peserta didik yang dijadikan sebagai sampel penelitian mengenai pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes, sebagai berikut:

Tabel 4.5

Data Responden Uji Instrumen Penelitian

No	Kode Responden	Nama Inisial	Jenis Kelamin
1	R_01	AK	LAKI-LAKI
2	R_02	DR	PEREMPUAN
3	R_03	HM	PEREMPUAN
4	R_04	K	LAKI-LAKI
5	R_05	MZR	LAKI-LAKI
6	R_06	NK	PEREMPUAN
7	R_07	RAN	LAKI-LAKI
8	R_08	SM	PEREMPUAN
9	R_09	WJ	PEREMPUAN
10	R_10	ANF	LAKI-LAKI
11	R_11	DYA	PEREMPUAN
12	R_12	HAR	PEREMPUAN
13	R_13	JL	LAKI-LAKI
14	R_14	MLH	PEREMPUAN
15	R_15	NN	PEREMPUAN
16	R_16	N	PEREMPUAN
17	R_17	SRP	LAKI-LAKI
18	R_18	WA	PEREMPUAN
19	R_19	AMF	LAKI-LAKI
20	R_20	APR	PEREMPUAN
21	R_21	DAS	LAKI-LAKI
22	R_22	EN	PEREMPUAN
23	R_23	HZP	LAKI-LAKI

Lanjutan Tabel 4.5

24	R_24	IDL	PEREMPUAN
25	R_25	MHF	LAKI-LAKI
26	R_26	NZZ	PEREMPUAN
27	R_27	NA	LAKI-LAKI
28	R_28	AM	LAKI-LAKI
29	R_29	BAS	LAKI-LAKI
30	R_30	DR	PEREMPUAN
31	R_31	FNS	PEREMPUAN
32	R_32	INA	PEREMPUAN
33	R_33	MMAU	LAKI-LAKI
34	R_34	NDP	PEREMPUAN
35	R_35	RFN	LAKI-LAKI
36	R_36	ZMD	PEREMPUAN
37	R_37	AN	LAKI-LAKI
38	R_38	DASW	PEREMPUAN
39	R_39	FH	PEREMPUAN
40	R_40	ISH	PEREMPUAN
41	R_41	MM	LAKI-LAKI
42	R_42	NK	PEREMPUAN
43	R_43	SDA	PEREMPUAN
44	R_44	VND	PEREMPUAN
45	R_45	ZM	LAKI-LAKI

Sumber: Data Output SMA Negeri 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021 di mulai pada tanggal 1 Juli – 5 Agustus 2020. Pelaksanaan penelitian ini diawali dengan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling terkait teknis penelitian yang akan saya teliti di kelas X IPA SMA Negeri 3 Brebes dengan cara memberikan item-item skala sikap melalui link google formulir. Sebalum peneliti memberikan link skala sikap google formulir kepada peserta didik terlebih dahulu setelah saya bertemu dengan guru BK baru lah menemui wali kelas

masing-masing kelas dari kelas X IPA 1 – 5 memberikan informasi tentang penelitian yang berjudul pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial kepada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021 sekaligus sistem memberikan link skala sikap google formulir kepada peserta didik. Setelah peneliti memberitahukan info mengenai maksud dan tujuan penelitian barulah peneliti memberikan link skala sikap google formulir kepada masing-masing wali kelas dari kelas X IPA 1 – 5 sesuai sampel penelitian.

B. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini terdiri dari analisis deskriptif presentase dan analisis statistik korelasi dengan rumus formula statistik paramatik. Analisis deskriptif presentase untuk menganalisis jawaban responden yang berupa data kuantitatif untuk mendeskripsikan pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik dan tingkat karakter kebangsaan pada peserta didik kelas X IPA. Sedang asosiatif adalah untuk mengetahui kekuatan dan arah pengaruh yang ada diantaranya variabel-variabel yang berkaitan dengan variabel satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi, sesuai dengan pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA.

Analisis data dilakukan kepada peserta didik untuk mengetahui tingkat tinggi dan rendahnya pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik. Data hasil kemudian dihitung skor dari masing-masing item

dan jumlah untuk dimasukkan ke dalam tabel persiapan perhitungan yang telah penulis siapkan.

Tabel 4.6

Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Pengaruh *Alexithymia*

Berdasarkan Tabulasi Sampel Penelitian

Resp.	Skor	Keterangan	Resp.	Skor	Keterangan	Resp.	Skor	Keterangan
1	31	Sedang	16	36	Sedang	31	21	Rendah
2	39	Sedang	17	25	Rendah	32	21	Rendah
3	38	Sedang	18	32	Sedang	33	21	Rendah
4	27	Rendah	19	32	Sedang	34	18	Rendah
5	42	Tinggi	20	30	Sedang	35	21	Rendah
6	37	Sedang	21	28	Rendah	36	18	Rendah
7	41	Sedang	22	32	Sedang	37	35	Sedang
8	39	Sedang	23	30	Sedang	38	25	Rendah
9	28	Rendah	24	25	Rendah	39	43	Tinggi
10	32	Sedang	25	22	Rendah	40	34	Sedang
11	37	Sedang	26	40	Sedang	41	41	Sedang
12	45	Tinggi	27	42	Tinggi	42	52	Tinggi
13	36	Sedang	28	39	Sedang	43	41	Sedang
14	34	Sedang	29	42	Tinggi	44	23	Rendah
15	25	Rendah	30	18	Rendah	45	24	Rendah

Sumber: Data Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Variabel *Alexithymia* Menggunakan Ms. *Excel* 2010.

1. Pengolahan Data dengan Menggunakan Rumus Deskriptif Presentase

a. Interval Variabel *Alexithymia*

Skor Tertinggi = Jumlah item x Skor skala tes tertinggi

$$= 15 \times 4$$

$$= 60$$

Skor Terendah = 15 x 1 = 1

$$\begin{aligned}
\text{Interval (I)} &= \frac{\text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah}}{\text{Kategori}} \\
&= \frac{60 - 15}{3} \\
&= \frac{45}{3} \\
&= 15
\end{aligned}$$

Dari hasil rumus di atas ditentukan interval ataupun kriteria pengaruh *alexithymia* peserta didik di sekolah, hal ini bertujuan membedakan setiap individu masuk ke dalam sebuah kategori. Dalam penelitian ini penulis membagi kategori alexithymia berdasarkan skor tabulasi tentang pengaruh *alexithymia* yang pernah peserta didik alami dan ungkapkan melalui skala sikap (google formulir) terbagi menjadi 3 macam, yaitu *alexithymia* tinggi, *alexithymia* sedang dan *alexithymi* rendah. Dengan kategori penyekoran sebagai berikut :

Tabel 4.7

Kategori Penskoran Variabel *Alexithymia*

Interval Skor	Kategori
42 – 53	Tinggi
30 – 41	Sedang
18 – 29	Rendah

Dari jumlah responden sebanyak 45 peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes, sebanyak 6 peserta didik yang terpengaruh *alexithymia*

tinggi yaitu peserta didik dengan nomor responden 5, 12, 27, 29, 39 dan 42.

Tabel 4.8

Analisis Persentase *Alexithymia*

No	Jenis <i>Alexithymia</i>	Jumlah	Persentase
1	Tinggi	6	13,33%
2	Sedang	22	48,88%
3	Rendah	17	37,77%
Jumlah		45	100%

(Perhitungan dilampirkan)

Dari pengkategorian sampel penelitian di atas, ditetapkan sampel utama dalam penelitian ini, yaitu peserta didik yang terpengaruh *alexithymia* tinggi. Dari seluruh jumlah sampel yang ada, akan ditetapkan kembali variabel pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial dengan jumlah persentase sesuai skor.

Tabel 4.9

Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Perilaku Prososial

Berdasarkan Tabulasi Sampel Penelitian

Resp.	Skor	Keterangan	Resp.	Skor	Keterangan	Resp.	Skor	Keterangan
1	50	Rendah	16	62	Sedang	31	64	Sedang
2	61	Sedang	17	65	Tinggi	32	67	Tinggi
3	64	Sedang	18	64	Sedang	33	61	Sedang
4	48	Rendah	19	62	Sedang	34	52	Rendah
5	67	Tinggi	20	61	Sedang	35	61	Sedang
6	59	Sedang	21	72	Tinggi	36	61	Sedang
7	71	Tinggi	22	61	Sedang	37	68	Tinggi
8	64	Sedang	23	66	Tinggi	38	63	Sedang
9	60	Sedang	24	64	Sedang	39	62	Sedang

Lanjutan Tabel 4.9

10	59	Sedang	25	52	Rendah	40	41	Rendah
11	64	Sedang	26	70	Tinggi	41	63	Sedang
12	67	Tinggi	27	63	Sedang	42	77	Tinggi
13	58	Sedang	28	67	Tinggi	43	63	Sedang
14	59	Sedang	29	66	Tinggi	44	55	Sedang
15	69	Tinggi	30	67	Tinggi	45	59	Sedang

Sumber: Data Hasil Penelitian Berdasarkan Skoring Variabel Perilaku Prososial Menggunakan Ms. *Excel* 2010.

b. Interval Variabel perilaku prososial

Skor Tertinggi = Jumlah item x Skor skala tes tertinggi

$$= 25 \times 4$$

$$= 100$$

Skor Terendah = 25 x 1 = 25

Interval (I) = $\frac{\text{Skor tertinggi} - \text{Skor terendah}}{\text{Kategori}}$

$$= \frac{100 - 25}{3}$$

$$= \frac{75}{3}$$

$$= 25$$

Dari hasil rumus di atas ditemukan interval ataupun kriteria tingkat pengaruh perilaku prososial pada peserta didik di sekolah, hal ini bertujuan membedakan tingkat kategori pengaruh perilaku prososial tinggi, sedang ataupun rendah dalam menghadapi pengaruh perilaku prososial berdasarkan skor yang diperoleh melalui tabulasi angket seperti tabel berikut ini :

Tabel 5.0**Kategori Penskoran Perilaku Prososial**

Interval Skor	Kategori
65 – 77	Tinggi
53 – 64	Sedang
41 – 52	Rendah

Dari jumlah responden sebanyak 45 peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes, sebanyak 14 peserta didik yang terpengaruh perilaku prososial tinggi yaitu peserta didik dengan nomor responden 5, 7, 12, 15, 17, 21, 23, 26, 28, 29, 30, 32, 37 dan 42 .

Tabel 5.1**Analisis Persentase Perilaku Prososial**

No	Jenis Perilaku Prososial	Jumlah	Persentase
1	Tinggi	14	31,11%
2	Sedang	26	57,77%
3	Rendah	5	11,11%
Jumlah		45	100%

(Perhitungan dilampirkan)

2. Tabel 5. 2 Analisis Statistik Korelasi (Formula Statistik Paramatik)

No	Resp.	Skor	Ganjil (X)	Genap (Y)	X ²	Y ²	XY
1	R-01	31	16	15	256	225	240
2	R-02	39	21	18	441	324	378
3	R-03	38	21	17	441	289	357
4	R-04	27	14	13	196	169	182
5	R-05	42	23	19	529	361	437
6	R-06	37	21	16	441	256	336
7	R-07	67	35	32	1225	1024	1120
8	R-08	71	38	33	1444	1089	1254

9	R-09	67	34	33	1156	1089	1122
10	R-10	69	35	34	1225	1156	1190
11	R-11	65	32	33	1024	1089	1056
12	R-12	72	36	36	1296	1296	1296
13	R-13	66	34	32	1156	1024	1088
14	R-14	70	37	33	1369	1089	1221
15	R-15	67	37	30	1369	900	1110
16	R-16	66	36	30	1296	900	1080
17	R-17	67	34	33	1156	1089	1122
18	R-18	67	34	33	1156	1089	1122
19	R-19	68	33	35	1089	1225	1155
20	R-20	77	35	42	1225	1764	1470
Σ		1173	606	567	19490	17447	18336

Dari data di atas diperoleh data sebagai berikut :

$$\Sigma X = 606$$

$$\Sigma Y^2 = 17447$$

$$\Sigma Y = 567$$

$$\Sigma XY = 18336$$

$$\Sigma X^2 = 19490$$

$$N = 20$$

Data tersebut kemudian dimasukkan dalam rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \Sigma XY - (\Sigma X) (\Sigma Y)}{\sqrt{(n \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2)(n \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{20 \times (18336) - (606)(567)}{\sqrt{(20 \times 19490 - (606)^2)(20 \times 17447 - (567)^2)}}$$

$$r_{xy} = \frac{366720 - 343602}{\sqrt{(389800 - 367236)(348940 - 321489)}}$$

$$r_{xy} = \frac{23118}{\sqrt{(22564)(27457)}}$$

$$r_{xy} = \frac{23118}{\sqrt{619539748}} = \frac{23118}{2489055}$$

$$r_{xy} = 0,092$$

Pada hasil rumus korelasi product moment di atas, dalam penelitian yang sudah dilakukan, terdapat sampel penelitian peserta didik yang memiliki tingkat *alexithymia* tinggi ada 6 peserta didik dan 14 peserta didik yang memiliki tingkat perilaku prososial tinggi dengan nilai koefisien formula statistik paramatik (uji linieritas correlation) antara variabel pengaruh *alexithymia* dengan variabel perilaku prososial adalah 0,092.

Kemudian r_{tabel} untuk $N = 20$ dengan taraf signifikan 5% pada distribusi nilai dengan r_{tabel} adalah sebesar 0,361. Maka berdasarkan hasil perhitungan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} . $r_{\text{hitung}} (0,092) < r_{\text{tabel}} (0,361)$ yaitu dengan nilai $0,092 < 0,361$. Sehingga dapat disimpulkan hasilnya bahwa **ho diterima** dan **ha ditolak**, dengan kata lain “Tidak ada pengaruh antara *alexithymia* dengan perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”

C. Pembahasan

Penelitian ini membahas tentang pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021, langkah yang dilakukan oleh penulis sebagai peneliti adalah menabulasikan skala yang dijawab oleh peserta didik yang terdiri dari 45 peserta didik. Pada hasil penelitian yang diperoleh dari analisis deskriptif persentase dan analisis uji-test.

Pada hasil analisis data rumus formulasi statistik parametrik (Analisis statistik korelasi) yang mengkaitkan pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021 diketahui bahwa $r_{hitung} (0,092) < r_{tabel} (0,361)$, sehingga bisa dikatakan hipotesis (**H₀**) yang berbunyi “Tidak ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik” dinyatakan **ditolak**. Sedangkan hipotesis (**H_a**) yang berbunyi “Ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik” dinyatakan **diterima**.

1. Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Teori

Sebuah konstruk kepribadian yang memiliki kaitan erat dengan rendahnya empati seseorang dan perilaku prososial adalah *alexithymia*. Penelitian lain menunjukkan bahwa *alexithymia* memiliki kaitan dengan rendahnya kemampuan sosial-afektif. Individu yang mengalami tingkat level *alexithymia* tinggi menunjukkan kesulitan dalam membedakan emosi dari sensasi tubuhnya, tidak mampu mewakili perasaan diri sendiri atau pribadi dan menyebabkan individu tidak dapat berempati cenderung menunjukkan perilaku agresif. Perilaku prososial yang ditunjukkan individu berkaitan secara negatif terhadap agresif. Sehingga, semakin tinggi perilaku prososial semakin rendah agresivitas. Rendahnya empati dan tingginya perilaku antisosial yang menjadi isu saat ini dapat menjadi prediktor masalah rendahnya perilaku prososial individu. Pemahaman

sosial antara lain pemahaman akan emosi orang lain atau disebut empati yang menjadi prediktor kemampuan individu menunjukkan perilaku prososial. Individu yang mengalami kesulitan membedakan, menghargai emosi orang lain cenderung bertindak kurang empatik dan tidak mampu memberikan respons emosional yang efektif dalam pergaulan sosial dan hubungan interpersonal yang sering disebut dengan *alexithymia*.

Pada hasil analisis data rumus formulasi statistik parametrik (Analisis statistik korelasi) yang mengkaitkan pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021 diketahui bahwa $r_{hitung} (0,092) < r_{tabel} (0,361)$, sehingga bisa dikatakan hipotesis (**H₀**) yang berbunyi “Tidak ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik” dinyatakan **ditolak**. Sedangkan hipotesis (**H_a**) yang berbunyi “Ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik” dinyatakan **diterima**. Jadi dikatakan hipotesis (**H₀**) bahwa “Tidak ada pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021”

2. Dari Sisi Penggunaan Teknik Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasional, yaitu dengan tujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada diantaranya variabel-variabel yang berkaitan dengan variasi satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Di mana penulis menggunakan hubungan kasual berarti hubungan yang

bersifat sebab-akibat, untuk mengetahui tingkat pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes tahun pelajaran 2020/2021.

Dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan, penulis menggunakan alat pengumpul data berupa skala sikap, wawancara, dokumentasi dan observasi. Berikut ketercapaian dengan metode yang digunakan.

- a. Skala sikap, dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala sikap tertutup yang dimana responden tinggal memilih alternatif jawaban yang telah disediakan atau ditentukan oleh peneliti. Nantinya data yang diperoleh melalui skala sikap adalah data kuantitatif mengenai pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA. Data yang diperoleh berupa angka-angka jawaban peserta didik tentang tingkat karakter kebangsaan, yang kemudian dari yang didapat data kuantitatif akan diubah menjadi data kualitatif untuk analisis.
- b. Wawancara, untuk mengetahui data yang diinginkan peneliti menggunakan metode wawancara tidak langsung sebab yang peneliti wawancara guru BK bukan tertuju pada peserta didik, kemudian data yang diperoleh berupa gambaran mengenai pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik. Dengan wawancara yang dilakukan dengan guru BK dicapai data gambaran awal pengaruh

alexithymia terhadap perilaku prososial pada peserta didik Tahun Pelajaran 2020/2021.

- c. Observasi, dilakukan melalui observasi partisipan dimana peneliti memberikan layanan mengenai pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial kepada peserta didik. Dimana dalam proses pemberian layanan peneliti juga mengamati tingkat tinggi dan rendahnya pengaruh alexithymia pada peserta didik saat observasi awal dengan observasi partisipan dapat dicapai tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat tinggi dan redahnya pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik.
- d. Dokumentasi, bersumber dari dokumen di SMA N 3 Kabupaten Brebes Tahun Pelajaran 2019/2020, seperti data siswa, jadwal pelaksanaan uji *try-out* dan penelitian, serta data perilaku peserta didik. Data yang diperoleh yaitu data atau dokumen dan arsip-arsip yang berkaitan dengan variabel penelitian atau berupa foto.

BAB V

PENUTUP

Dalam bab V ini penulis mengemukakan beberapa simpulan yang didasarkan pada hasil penelitian dan pengajuan hipotesis yang diperoleh, selain itu penulis juga mengemukakan saran yang dapat dijadikan masukan bagi pihak-pihak yang terkait. Adapun penjelasannya yaitu sebagai berikut :

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian pengaruh *alexithymia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA Negeri 3 Brebes Kabupaten Brebes tahun Pelajaran 2020/2021 serta hasil analisis yang disertakan pada bab IV skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan hasil analisis data tentang pengaruh *alexithymia* yang dilakukan kepada peserta didik kelas X IPA di SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021 dalam data deskriptif presentase memiliki kriteria yaitu : tinggi (13,33%), sedang (48,88%) dan rendah (37,77%).
2. Berdasarkan hasil analisis data tentang perilaku prososial yang dilakukan kepada peserta didik kelas X IPA di SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021 dalam data deskriptif presentase memiliki kriteria yaitu : tinggi (31,11%), sedang (57,77%) dan rendah (11,11%).
3. Kemudian r_{tabel} untuk $N = 20$ dengan taraf signifikan 5% pada distribusi nilai dengan r_{tabel} adalah sebesar 0,361. Maka berdasarkan hasil perhitungan data tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa r_{hitung} lebih

kecil dari r_{tabel} . $r_{\text{hitung}} (0,092) < r_{\text{tabel}} (0,361)$ yaitu dengan nilai $0,092 < 0,361$. Sehingga dapat disimpulkan hasilnya bahwa **(Ho) diterima** dan **(Ha) ditolak**, dengan kata lain hipotesis dikatakan bahwa “Tidak ada pengaruh antara *alexithymia* dengan perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021”.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan seperti yang telah diuraikan di atas ada beberapa saran yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan sekaligus sebagai bahan uraian penutup skripsi ini. Adapun saran-saran yang dimaksud sebagai berikut:

1. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada sekolah dalam mengambil kebijakan pada pemberian layanan khususnya layanan bimbingan dan konseling.

2. Bagi guru pembimbing

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi guru bimbingan dan konseling sebagai dasar, masukan atau sebagai bahan pertimbangan dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling melainkan melaksanakan penelitian dengan judul pengaruh *alexityhmia* terhadap perilaku prososial pada peserta didik kelas X IPA di SMA N 3 Brebes Kabupaten Brebes tahun pelajaran 2020/2021.

3. Bagi peserta didik

Dengan adanya penelitian mengenai pengaruh alexithymia terhadap perilaku prososial, diharapkan peserta didik dapat mengidentifikasi perasaan, ada rasa empati dan simpati, tidak bersifat agresif, saling tolong menolong dan lebih merendahkan *alexithymia* dan meningkatkan perilaku prososial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aaron, R., Benson, T., & Park, S. 2015. Investigating the role of alexithymia on the empathy deficit found in schizotypy and autism spectrum traits, *Personality and Individual Differences*, 77, 215-220. (Di unduh pada tanggal 8 Januari 2020).
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, M. A., Saifuddin. 2017. *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bagby, R. M., Parker, D. A., & Taylor, G. 1994. The twenty-item toronto alexithymia scale-I. Item selectio and crss-validitas of the factor structure, *Journal of Psychosomatic*, 1, 23-32. (Di unduh pada tanggal 13 Januari 2020).
- Bagby, R. M., Taylor, G. J., & Parker, J. D. 2003. The 20-item toronto alexithymia Scale III. Realiability and factor validity in a community population. *Journal of Psychosomatic Research*, 55, 269-275. (Di unduh pada tanggal 13 Januari 2020).
- Baron, R., & Branscombe, N. 2012. *Social Psychology*. New Jersey: Pearson Education Inc. (Di unduh pada tanggal 11 Januari 2020).
- Bungin, Burhan. 2015. *Metodologi Penelitian Sosial dan Ekonomi*. Jakarta: Kencana.
- FeldmanHall, O., Dalgleish, T., & Mobbs, D. 2015. Alexithymia decreases altruism in real social decisions. *Cortex*, 1-6. (Di unduh pada tanggal 9 Januari 2020).

- Harjanah, W.T. 2018. Pengaruh Antara Level *Alexithymia* Dengan Perilaku Prososial Dewasa Muda Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma
- Keefer, K., G., Parker, J., & Bagby, R. 2017. Taxometric analysis of the toronto structured interview for alexithymia: further evidence that aelxithymia is a dimensional construct, *assesment*, 1-11. (Diunduh pada tanggal 8 Januari 2020).
- Konrath, S., Novin, S., & Li, T. 2012. Is the relationship between alexithymia and aggression context dependent? Impact of group membership and belief similarity, *Personality and Individual Differences*, 53, 329-334. (Diunduh pada tanggal 10 Januari 2020).
- Kurukivi, M. , & Saarijarvi, S. 2014. Development of alexithymia personality features. *World Journal of Psyciatry*, 4, 91-102. (Di unduh pada tanggal 9 Januari 2020).
- Listiara, A., & Akbar, Y., Zaldhi. 2012. The Difference Between The Prosocial Tendency Regular Classes. Dalam *Jurnal Psikologi Empati* (Halaman 120-138). Volume 1 Nomor 1. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. (Di unduh pada tanggal 11 Januari 2020).
- Matondang, S., Elvrida. 2016. Perilaku Prososial (*Prosocial Behavior*) Anak Usia Dini. Dalam Humaniora. Edu. Jurnal Pendidikan Dasar (Halaman 34-37). Bandung: Tk Global Cendekia School. Volume 8 No.1. (Di unduh pada tanggal 18 Februari 2020).
- Riduwan, M.B.A. 2016. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Shadiqi, M. A. 2018. Perilaku Propososial. Dalam A. Pitaloka, Z. Abidin, & M. N. Milla (Eds), *Buku psikologi sosial, pengantar teori dan penelitian* (227-260). Jakarta: Salemba Humanika. (Di unduh pada tanggal 18 Februari 2020).

Lampiran 1

Daftar Kode, Nama dan Skor Angket *Tryout*

No	Kode Responden	Nama	Jenis Kelamin	Skor
1	R_01	Viola Afriyenti	Perempuan	135
2	R_02	Aiska Rizki Aulia	Perempuan	137
3	R_03	Amalia Khoirunnisa	Perempuan	147
4	R_04	Bildy Dayanti	Perempuan	154
5	R_05	Diaz Afdhi Himawan	Laki-laki	161
6	R_06	Fajar Budi Septianto	Laki-laki	137
7	R_07	Moh. Safal Adami	Laki-laki	156
8	R_08	Nadiah Amalia Putri	Perempuan	136
9	R_09	Nindia Rahmadani	Perempuan	149
10	R_10	Aliekaa Pranindyahanny	Perempuan	126
11	R_11	Arief Priyono	Laki-laki	139
12	R_12	Dini Tri Juliani	Perempuan	147
13	R_13	Elok Salsa Bila	Perempuan	146
14	R_14	Mona Palupi	Perempuan	137
15	R_15	Nabil Choresya Alisyah	Laki-laki	132
16	R_16	Putri Rengganis Aulia	Perempuan	145
17	R_17	Salman Farizi	Laki-laki	132
18	R_18	Syaidah Anjen Nur	Perempuan	143
19	R_19	Andhika Faqih Ayuda	Laki-laki	150
20	R_20	Dian Fitri Ramadhani	Perempuan	142
21	R_21	Fahmi Eko Juniar	Laki-laki	144
22	R_22	M. Alfiansyah Azad	Laki-laki	124
23	R_23	Moh. Azmi Adhani	Laki-laki	150
24	R_24	Muhammad Akmal Bima	Laki-laki	123
25	R_25	Nashwa Maulidya Salsa	Perempuan	149
26	R_26	Rajendra Aulya Gilardino	Laki-laki	150
27	R_27	Wahyu Aura Sabila	Perempuan	155
28	R_28	Alya Alviana	Perempuan	127
29	R_29	Amanda Fitriyani	Perempuan	125
30	R_30	Devi Nailah Shabrina	Perempuan	141

Lanjutan Tabel 4.1

31	R_31	Elsa Nadia Putri	Perempuan	160
32	R_32	Firani Nur Islami	Perempuan	140
33	R_33	Hasna Ghitha Muthi	Perempuan	139
34	R_34	Jesika	Perempuan	164
35	R_35	Meilany Dinda Talitha	Perempuan	153
36	R_36	Reyna Melly Destiana	Perempuan	151
37	R_37	Candra Pramudita	Laki-laki	165
38	R_38	Laura Rizka Amalia	Perempuan	159
39	R_39	Mayfaas Syavi Meladyana	Perempuan	157
40	R_40	Nirina Marsya	Perempuan	163
41	R_41	Nur Mala Indah	Perempuan	172
42	R_42	Piresabil Panji Wistyorafi	Laki-laki	181
43	R_43	Reskya Adhinda	Perempuan	142
44	R_44	Rizqi Aulia	Perempuan	160
45	R_45	Sheva Al Mas	Laki-laki	88

Lampiran 2

Daftar Nama Peserta Didik kelas X IPA SMAN 3 Kota Tegal

NO	NIS	NAMA	L/P	Kelas/Jurusan	Kehadiran
1	15604	Viola Afriyenti	P	X IPA 1	√
2	15615	Aiska Rizki Aulia	P	X IPA 1	√
3	15625	Amalia Khoirunnisa	P	X IPA 1	√
4	15647	Bildy Dayanti	P	X IPA 1	√
5	15651	Diaz Afdhi Himawan	L	X IPA 1	√
6	15661	Fajar Budi Septianto	L	X IPA 1	√
7	15676	Moh. Safal Adami	L	X IPA 1	√
8	15689	Nadiah Amalia Putri	P	X IPA 1	√
9	15690	Nindia Rahmadani	P	X IPA 1	√
10	15709	Aliekaa Pranindyahanny	P	X IPA 2	√
11	15718	Arief Priyono	L	X IPA 2	√
12	15727	Dini Tri Juliani	P	X IPA 2	√
13	15736	Elok Salsa Bila	P	X IPA 2	√
14	15740	Mona Palupi	P	X IPA 2	√
15	15750	Nabil Choresya Alisyah	P	X IPA 2	√
16	15758	Putri Rengganis Aulia	P	X IPA 2	√
17	15761	Salman Farizi	L	X IPA 2	√
18	15776	Syaidah Anjen Nur	P	X IPA 2	√
19	15780	Andhika Faqih Ayuda	L	X IPA 3	√
20	15796	Dian Fitri Ramadhani	P	X IPA 3	√
21	15803	Fahmi Eko Juniar	L	X IPA 3	√
22	15813	M. Alfiansyah Azad	L	X IPA 3	√
23	15814	Moh. Azmi Adhani	L	X IPA 3	√
24	15821	Muhammad Akmal Bima	L	X IPA 3	√
25	15836	Nashwa Maulidya Salsa	P	X IPA 3	√
26	15846	Rajendra Aulya Gilardino	P	X IPA 3	√
27	15874	Wahyu Aura Sabila	L	X IPA 3	√
28	15876	Alya Alviana	P	X IPA 4	√
29	15888	Amanda Fitriyani	P	X IPA 4	√
30	15889	Devi Nailah Shabrina	P	X IPA 4	√

31	15904	Elsa Nadia Putri	P	X IPA 4	√
32	15915	Firani Nur Islami	P	X IPA 4	√
33	15925	Hasna Ghitha Muthi	P	X IPA 4	√
34	15935	Jesika	P	X IPA 4	√
35	15941	Meilany Dinda Talitha	P	X IPA 4	√
36	15947	Reyna Melly Destiana	P	X IPA 4	√
37	15953	Candra Pramudita	L	X IPA 5	√
38	15959	Laura Rizka Amalia	P	X IPA 5	√
39	15965	Mayfaas Syavi Meladyana	P	X IPA 5	√
40	15971	Nirina Marsya	P	X IPA 5	√
41	15977	Nur Mala Indah	P	X IPA 5	√
42	15983	Piresabil Panji Wistyorafi	L	X IPA 5	√
43	15989	Reskya Adhinda	P	X IPA 5	√
44	15995	Rizqi Aulia	P	X IPA 5	√
45	16001	Sheva Al Mas	L	X IPA 5	√

Lampiran 3

ANGKET

TENTANG PENGARUH *ALEXITHYMIA* TERHADAP

PERILAKU PROSOSIAL PADA PESERTA DIDIK

(*TRY OUT*)

A. Pengantar

Dalam rangka mengumpulkan data penelitian guna mendukung penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Alexithymia* terhadap Perilaku Prososial pada Peserta Didik kelas X IPA di SMAN 3 Brebes”, penulis mengharapkan partisipasi dari peserta didik untuk memberikan data yang sejujurnya dengan memilih jawaban alternatif yang ada.

Jawaban yang anda berikan tidak berkaitan dengan nilai akademik anda dan ditanggung kerahasiaannya, maka dari itu penulis mengharapkan jawaban yang sesuai dengan keadaan anda sesungguhnya.

Demikian permohonan dari penulis, atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

B. Identitas Peserta Didik

Nama :	Kelas/Jurusan :
No. Absen :	Sekolah :

C. Petunjuk Pengisian Angket

1. Di bawah ini terdapat 60 item pernyataan, bacalah dengan teliti setiap pernyataan
2. Anda diminta menjawab dengan cara memberi tanda *checklist* (v) pada kolom yang telah tersedia sesuai dengan pilihan anda
3. Adapun alternatif jawaban yang tersedia dengan ketentuan sebagai berikut:
SS (Sangat Setuju)
S (Setuju)
TS (Tidak Setuju)
STS (Sangat Tidak Setuju)

1. Skala Toronto *Alexithymia*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Seringkali saya tidak memahami emosi yang sedang saya rasakan.				
2.	Saya sulit menemukan istilah yang tepat bagi perasaan saya.				
3.	Saya mempunyai sensasi tubuh/fisik yang tidak dapat dimengerti oleh dokter sekalipun.				
4.	Ketika murung, saya tidak tahu apa yang sedang saya rasakan: sedih, takut, ataukah marah.				
5.	Saya sering dibingungkan sensasi fisik tubuh saya (seperti gemeteran dan keringat dingin).				
6.	Saya memilih untuk membiarkan sesuatu terjadi begitu saja, daripada memikirkan mengapa bisa terjadi seperti itu.				
7.	Saya memiliki perasaan tertentu yang tak dapat saya kenali dengan baik.				
8.	Saya kesulitan menggambarkan perasaan saya mengenai seseorang.				
9.	Orang-orang menyarankan agar saya menggambarkan perasaan saya dengan lebih baik.				
10.	Saya tidak tahu apa yang terjadi di dalam diri saya.				
11.	Saya menyadari bahwa meninjau kembali perasaan apa yang saya rasakan, akan membantu menyelesaikan pribadi saya.				
12.	Merasakan berbagai macam luapa perasaa adalah hal yang sangat penting.				
13.	Saya memiliki perasaan yang benar-benar tidak dapat saya pahami.				
14.	Saya sering dibingungkan dengan sebuah sesasi yang terjadi pada tubuh saya.				
15.	Ketika emosi memuncak, saya tidak tahu apakah saya sedih, ketakuta ataukah marah.				
16.	Saya dengan mudah menggambarkan apa yang saya rasakan.				
17.	Saya cenderung lebih mudah menganalisa sebuah masalah daripada harus menggambarkan dengan kata-kata.				
18.	Saya lebih suka berbicara dengan orang lain mengenai aktivitas sehari-hari mereka, daripada membicarakan perasaan mereka.				
19.	Pengenalan terhadap perasaa terlebih dahulu				

	sangat bermanfaat dalam penyelesaian masalah saya.				
20.	Saya kesulitan menemukan kata yang tepat untuk menggambarkan perasaan saya.				

2. Skala Sikap Perilaku Prososial

	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menyumbangkan uang saya untuk korban bencana alam.				
2.	Saya pura-pura tidak tahu saat ada yang menanyakan alamat pada saya.				
3.	Saya merasa bosan saat mendengarkan teman bercerita tentang masalahnya.				
4.	Tidak dipungkiri bahwa ketika menolong orang, ada harapan saya agar ia akan menceritakan perbuatan saya kepada orang lain.				
5.	Saya pura-pura sibuk saat diajak mengikuti kegiatan yang diselenggarakan di daerah tempat tinggal saya.				
6.	Saya menghindar saat melihat pengemis hendak menghampiri saya.				
7.	Saya memberikan uang saya untuk teman yang sedang membutuhkan.				
8.	Saya siap sedia melaporkan tindakan kejahatan yang terjadi disekitar saya.				
9.	Saat ada teman dalam kelompok yang tidak paham mengenai tugas yang harus dikerjakan, saya memberikan penjelasan agar ia paham.				
10.	Saya membantu teman jika diberi imbalan.				
11.	Saya tetap membantu orang lain saat saya sedang mengalami kesulitan.				
12.	Saya menyalahkan teman-teman satu kelompok ketika hasil kerja kelompok buruk.				
13.	Saya segera mengembalikan barang yang terjatuh milik oranglain.				
14.	Saya enggan memberikan solusi untuk teman yang sedang menghadapi masalah.				
15.	Saya enggan menyumbangkan uang untuk kegiatan amal.				
16.	Saya menawarkan solusi untuk teman yang sedang menghadapi masalah.				
17.	Saya merasa lebih baik diam saja ketika				

	kepanitiaan yang saya ikuti menghadapi masalah.				
18.	Saya merasa mendengarkan teman bercerita membuang waktu saya.				
19.	Saya hanya membantu teman yang pernah membantu saya.				
20.	Saya sibuk dengan aktifitas saya sendiri saat diskusi kelompok berlangsung.				
21.	Saya membantu orang lanjut usia menyebrang jalan walau saya sedang tergesa-gesa.				
22.	Saya menyumbangkan uang saya untuk membantu kegiatan pembangunan tempat ibadah.				
23.	Saya memberikan sedikit uang lebih saat membeli dagangan penjual keliling yang sudah tua.				
24.	Saya segan mengakui kesalahan yang saya perbuat karena takut mendapat hukuman.				
25.	Saya mempersiapkan terlebih dahulu bahan-bahan tugas kelompok sebelum kerja kelompok dilakukan.				
26.	Saya membereskan rumah tanpa diminta orang tua.				
27.	Saya antusias saat mengerjakan tugas kelompok.				
28.	Saya pura-pura tidak punya uang saat ada teman yang memerlukan pinjaman uang.				
29.	Saya selalu antusias mendengarkan teman yang bercerita mengenai pengalamannya.				
30.	Dalam tugas, saya membiarkan setiap orang mengerjakan bagiannya masing-masing (tanpa bantuan) agar pekerjaan cepat selesai.				
31.	Saya selalu meluangkan waktu untuk teman yang membutuhkan bantuan saya.				
32.	Saya merasa tugas akan lebih ringan jika dikerjakan secara berkelompok.				
33.	Saya bersedia mendengarkan teman bercerita saat ia sedang merasa sedih.				
34.	Saya terlihat aktif bersama anggota kelompok dalam menyelesaikan tugas kelompok.				
35.	Saya segera membantu orang yang terjatuh di jalan.				
36.	Mudah bagi saya mengakui kesalahan yang telah saya perbuat.				
37.	Saya bersedia meminjamkan barang saya				

	kepada orang lain.				
38.	Saya memberikan bantuan karena tertarik dengan imbalan yang ditawarkan.				
39.	Saya memilih teman-teman yang pintar untuk menjadi teman satu kelompok kerja.				
40.	Saya membantu orang yang mengalami kecelakaan walaupun saya menjadi terlambat datang.				

Lampiran 5

Sampel Penelitian SMAN 3 Brebes Tahun Pelajaran 2020/2021

No	Kode Responden	Nama Inisial	Jenis Kelamin
1	S-01	ABDUL KARIM	LAKI-LAKI
2	S-02	DEA RIYANTI	PEREMPUAN
3	S-03	HABIBAH MUSTAJABAH	PEREMPUAN
4	S-04	MUHAMMAD ZAIDAN RIZQI	LAKI-LAKI
5	S-05	NUR KHARISMA	LAKI-LAKI
6	S-06	RIDHO ALDI NASYAH	PEREMPUAN
7	S-07	SRI MULYANI	LAKI-LAKI
8	S-08	WIDIA JULIA	PEREMPUAN
9	S-09	KUSTORO	LAKI-LAKI
10	S-10	AKHMAD NUR FAUZI	LAKI-LAKI
11	S-11	DEDE YULIA ASTUTI	PEREMPUAN
12	S-12	HANA ANIS RAFIKA	PEREMPUAN
13	S-13	JAKA LAKSMANA	LAKI-LAKI
14	S-14	MUTIARA LAILATUL HIKMAH	PEREMPUAN
15	S-15	NAELY NAJAH	PEREMPUAN
16	S-16	NURAENI	PEREMPUAN
17	S-17	SANDIKA RUDIYANTO PUTRA	LAKI-LAKI
18	S-18	WINDA ARFINI	PEREMPUAN
19	S-19	ALDY MIFTAH FARIS	LAKI-LAKI
20	S-20	ASRI PUJI RIYANTI	PEREMPUAN
21	S-21	DIMAS ALDI SAPUTRA	LAKI-LAKI
22	S-22	ELA NURLATIFAH	PEREMPUAN
23	S-23	HILAL ZACKY PERMADANI	LAKI-LAKI
24	S-24	INDAH DWI LESTARI	PEREMPUAN
25	S-25	MUHAMMAD HISHNUL FIKRI	LAKI-LAKI
26	S-26	NAILA ZULFA ZAKIYAH	PEREMPUAN
27	S-27	NUGROHO ADISUSANTO	LAKI-LAKI
28	S-28	ALFAJAR MUBAROQ	LAKI-LAKI
29	S-29	BENY ADI SAPUTRA	LAKI-LAKI
30	S-30	DEPI ROSIANA	PEREMPUAN
31	S-31	FITRIA NUR SHIYAMA	PEREMPUAN
32	S-32	INTAN NUR AINI	PEREMPUAN
33	S-33	MUHAMMAD MIDZ ANUL ULYA	LAKI-LAKI
34	S-34	NAJWA DAVINA PUTRI	PEREMPUAN

Lanjutan Tabel 4.5

35	S-35	RIO FAHREZA NURDIANSYAH	LAKI-LAKI
36	S-36	ZAKINAH MUTIARA DILA	PEREMPUAN
37	S-37	AHMAD NURJAENI	LAKI-LAKI
38	S-38	DEA AYU SUKMA WATI	PEREMPUAN
39	S-39	FAQIH HIDAYATULLOH	LAKI-LAKI
40	S-40	IFAH SAFALAH HABIBAH	PEREMPUAN
41	S-41	MUHAMMAD MUSYAFA	LAKI-LAKI
42	S-42	NUR KHANATIN	PEREMPUAN
43	S-43	SEPTIANA DWI AYUNINTYAS	PEREMPUAN
44	S-44	VIVI NOVITA DAMAYANTI	PEREMPUAN
45	S-45	ZIDAN RAMADHANDY	LAKI-LAKI

Lampiran 6

Daftar Nama Peserta Didik kelas X IPA SMAN 3 Brebes

NO	NIS	NAMA	L/P	Kelas/Jurusan	Kehadiran
1	15604	ABDUL KARIM	L	X IPA 1	√
2	15615	DEA RIYANTI	P	X IPA 1	√
3	15625	HABIBAH MUSTAJABAH	L	X IPA 1	√
4	15647	MUHAMMAD ZAIDAN RIZQI	L	X IPA 1	√
5	15651	NUR KHARISMA	P	X IPA 1	√
6	15661	RIDHO ALDI NASYAH	L	X IPA 1	√
7	15676	SRI MULYANI	P	X IPA 1	√
8	15689	WIDIA JULIA	P	X IPA 1	√
9	15690	KUSTORO	L	X IPA 1	√
10	15709	AKHMAD NUR FAUZI	L	X IPA 2	√
11	15718	DEDE YULIA ASTUTI	P	X IPA 2	√
12	15727	HANA ANIS RAFIKA	P	X IPA 2	√
13	15736	JAKA LAKSMANA	L	X IPA 2	√
14	15740	MUTIARA LAILATUL HIKMAH	P	X IPA 2	√
15	15750	NAELY NAJAH	P	X IPA 2	√
16	15758	NURAENI	P	X IPA 2	√
17	15761	SANDIKA RUDIYANTO PUTRA	L	X IPA 2	√
18	15776	WINDA ARFINI	P	X IPA 2	√
19	15780	ALDY MIFTAH FARIS	L	X IPA 3	√
20	15796	ASRI PUJI RIYANTI	P	X IPA 3	√
21	15803	DIMAS ALDI SAPUTRA	L	X IPA 3	√
22	15813	ELA NURLATIFAH	P	X IPA 3	√
23	15814	HILAL ZACKY PERMADANI	L	X IPA 3	√
24	15821	INDAH DWI LESTARI	P	X IPA 3	√
25	15836	MUHAMMAD HISHNUL FIKRI	L	X IPA 3	√
26	15846	NAILA ZULFA ZAKIYAH	P	X IPA 3	√
27	15874	NUGROHO ADISUSANTO	L	X IPA 3	√
28	15876	ALFAJAR MUBAROQ	L	X IPA 4	√
29	15888	BENY ADI SAPUTRA	L	X IPA 4	√
30	15889	DEPI ROSIANA	P	X IPA 4	√

31	15904	FITRIA NUR SHIYAMA	L	X IPA 4	√
32	15915	INTAN NUR AINI	P	X IPA 4	√
33	15925	MUHAMMAD MIDZ ANUL ULYA	L	X IPA 4	√
34	15935	NAJWA DAVINA PUTRI	P	X IPA 4	√
35	15941	RIO FAHREZA NURDIANSYAH	L	X IPA 4	√
36	15947	ZAKINAH MUTIARA DILA	P	X IPA 4	√
37	15953	AHMAD NURJAENI	L	X IPA 5	√
38	15959	DEA AYU SUKMA WATI	P	X IPA 5	√
39	15965	FAQIH HIDAYATULLOH	L	X IPA 5	√
40	15971	IFAH SAFALAH HABIBAH	P	X IPA 5	√
41	15977	MUHAMMAD MUSYAFA	L	X IPA 5	√
42	15983	NUR KHANATIN	P	X IPA 5	√
43	15989	SEPTIANA DWI AYUNINTYAS	P	X IPA 5	√
44	15995	VIVI NOVITA DAMAYANTI	P	X IPA 5	√
45	16001	ZIDAN RAMADHANDY	L	X IPA 5	√

Lampiran 8

ANALISIS DATA

A. Kategori Jenis *Alexithymia* Tinggi

1). Peserta didik yang memiliki *alexithymia* tinggi.

$$\begin{aligned}
 P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\
 &= \frac{6}{45} \times 100\% \\
 &= 13,33 \%
 \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan

2). Peserta didik yang memiliki *alexithymia* sedang.

$$\begin{aligned}
 P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\
 &= \frac{22}{45} \times 100\% \\
 &= 48,88 \%
 \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan

3). Peserta didik yang memiliki *alexithymia* rendah.

$$\begin{aligned}
 P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\
 &= \frac{17}{45} \times 100\% \\
 &= 37,77 \%
 \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan

B. Analisis Pengaruh *Alexithymia* Terhadap Perilaku Prososial

1). Peserta didik yang terpengaruh perilaku prososial tinggi.

$$\begin{aligned} P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\ &= \frac{14}{45} \times 100\% \\ &= 31,11\% \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan

2). Peserta didik yang terpengaruh perilaku prososial sedang.

$$\begin{aligned} P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\ &= \frac{26}{45} \times 100\% \\ &= 57,77\% \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan

3). Peserta didik yang terpengaruh perilaku prososial rendah.

$$\begin{aligned}
 P &= \frac{f}{n} \times 100\% \\
 &= \frac{5}{45} \times 100\% \\
 &= 11,11\%
 \end{aligned}$$

Keterangan :

P = Besar presentase

F = Frekuensi peserta didik suatu kategori

N = Jumlah peserta didik keseluruhan